

CELE

**100 DE REGULI
ALE EDUCĂRII
COPILULUI**

CELE

**100 DE REGULI
ALE EDUCĂRII
COPILULUI**

Codul tău personal pentru a
crește copii fericiți și
încrezători în forțele proprii

RICHARD TEMPLAR

Traducere: Antoaneta Paraschiv



RENTROP & STRATON
Grup de Editură și Consultanță în Afaceri

© Richard Templar 2008
Ediția românească 2008 © RENTROP & STRATON

Această traducere – **The Rules of Parenting**, ediția întâi este publicată în înțelegere cu
PEARSON EDUCATION LIMITED.

ISBN: 978-973-722-327-2

Toate drepturile rezervate. Nicio parte din această lucrare nu poate fi reprodusă, arhivată sau transmisă sub nicio formă și prin niciun fel de mijloace, mecanice sau electronice, fotocopiere, înregistrare audio sau video, fără permisiunea în scris din partea editorului.

© RENTROP & STRATON Publishing House
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without either the prior written permission of the copyright holder for which application should be addressed in the first instance to the publishers.

Editor-Director General: **George Straton**
Traducător: **Antoaneta Paraschiv**
Redactor: **Manuela Țârloaică**
Manager editorial: **Manuela Țârloaică**
Art director: **Cristina Straton**
Tehnoredactare: **Dana Segărceanu**
Corectură: **Elvira Panaitescu**

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

TEMPLAR, RICHARD

Cele 100 de reguli ale educării copilului /Richard
Templar; trad.: Antoaneta Paraschiv – București: Rentrop
& Straton, 2008
ISBN 978-973-722-327-2

I. Paraschiv, Antoaneta (trad.)
37.018.1



RENTROP & STRATON
Grup de Editură și Consultanță în Afaceri

Bdul Națiunile Unite nr. 4, bloc 107 A, sector 5, București
Tel.: (021) 317.25.86; Fax: (021) 205.57.30
E-mail: carti@rs.ro; Internet: www.rs.ro.

Pentru Rich

*«Suntem bunul Pamântului care și-a învățat lecția aici.
Viața este strigătul nostru.
Ne-am menținut credința!»**

* Citat din poezia „The Hill” a poetului Rupert Brooke (1887-1915).

Cuprins

<i>Prefață</i>	<i>XIII</i>
----------------------	-------------

REGULI PENTRU A RĂMÂNE CU MINTEA ÎNTREAGĂ 1

Relaxează-te	4
Nimeni nu e perfec	6
Conștientizează lucrurile la care ești bun	8
Orice regulă poate fi încălcată când și când	10
Nu încerca să faci totul	12
Nu trebuie să urmezi fiecare sfat pe care îl primești (inclusiv acesta)	14
E normal să vrei să evadezi	16
Ai voie să te ascunzi de copii	18
Părinții sunt și ei oameni	20
Nu ignora relația cu partenerul tău	22

REGULI PRIVIND ATITUDINEA 25

Iubirea nu e suficientă	28
Pentru fiecare rețetă ai nevoie de alte ingrediente	30
Bucură-te că-i vezi	32
Tratează-ți copiii cu respect	34
Simte-te bine în compania lor	36
Să fii ordonat nu e atât de important pe cât crezi	38

Să fii un bun părinte înseamnă	
să-ți asumi riscuri calculate	40
Păstrează-ți grijile pentru tine	42
Privește lucrurile din punctul lor de vedere	44
A fi părinte nu e o competiție	46

REGULI DE ZI CU ZI 49

Lasă-i să se descurce singuri	52
Învată-i să gândească pentru ei înșiși	54
Folosește laudele înțelept	56
Respectă valoarea limitelor	58
Mita nu este neapărat un lucru rău	60
Toanele sunt molipsitoare	62
Le fixezi obiceiurile alimentare pentru toată viața	64
Comunică	67
Fixează scopuri clare	69
Nu fi cicălitor	71

REGULI PRIVIND DISCIPLINA 73

Formați front comun	76
Vorba dulce mult aduce	78
Fii consecvent!	81
Folosește umorul	83
Concentrează-te asupra problemei, nu asupra persoanei	85
Nu te pune în situații fără ieșire	88
Dacă-ți pierzi cumpătul, tu ești cel care pierde	90
Cere-ți scuze dacă ai greșit	93
Primește-i înapoi cu căldură	95
Dreptul la exprimare	97

REGULI PRIVIND PERSONALITATEA 99

Descoperă stimulentele care funcționează pentru copiii tăi	102
Fiecare copil ar trebui să aibă un domeniu în care să știe că excelează	105
Învăță să apreciezi trăsăturile de caracter care îți amintesc de altcineva	107
Caută similitudinile dintre voi	109
Găsește la ei calități pe care să le admiri	111
Lasă-i să fie mai buni decât tine	113
Atitudinea este la fel de importantă ca realizările	115
Păstrează-ți temerile și nesiguranța pentru tine	117
Ai grijă la „programare”	120
Nu încerca să ai un copil perfect	122

REGULI PENTRU FRAȚI 125

Dăruiește-i unul altuia	128
Cearta e sănătoasă (în limite rezonabile)	130
Învăță-i să-și rezolve singuri disputele	132
Lucrați ca o echipă	135
Lasă-i să se distreze unul pe celălalt	137
Niciodată nu-ți compara copiii unul cu celălalt	139
Copii diferiți înseamnă reguli diferite	141
Nu trebuie să ai un favorit	144
Fă combinații și permutări	146
Găsește punctele forte ale fiecărui copil	148

REGULI PENTRU ȘCOALĂ 151

Școala nu e același lucru cu educația	154
Școala vine „la pachet”	156

Fii de partea copilului tău	158
Bătăile între copii sunt întotdeauna serioase	160
Învăță-i să se apere	162
Tolerează-i pe prietenii lui care nu-ți plac	165
Amintește-ți că ești părinte, nu profesor	167
Nu-i cocoloși	170
Micșorează presiunea	173
Copiii trebuie să facă propriile alegeri și să le urmeze	175

REGULI PENTRU ADOLESCENȚI 177

Nu intra în panică	180
Amintește-ți Legea a 3-a a lui Newton	182
Dă-i drept de vot	184
Nu te uita sub saltea	186
Valorifică timpul rămas pentru a umple golurile	188
Nu sta în fața unui tren în plină viteză	190
Urlatul nu e o soluție	192
Orice lucru vine la pachet cu condiții	194
Arată un pic de respect pentru lucrurile care-i interesează	196
Adoptă o atitudine sănătoasă față de sex	198

REGULI PENTRU SITUAȚII DE CRIZĂ 201

Nu-ți folosi copiii pe post de muniție	204
Lasă-i să facă față situației în felul lor	207
A fi mai tânăr nu grăbește întotdeauna lucrurile	209
Șocul poate dura pentru totdeauna	212
Spune-le ce se întâmplă	214
Învăță-i să eșueze cu succes	217
E mai bine să fii de acord decât să ai dreptate	219
Faptele tale vorbesc mai tare decât orice cuvinte	221

Asigură-te că ei știu că sunt prioritatea ta nr. 1	223
Nu poți repara totul	225

REGULI PENTRU ADULȚI 227

Retrage-te	230
Așteaptă până când îți cer sfatul	232
Tratează-i ca pe niște adulți	234
Nu încerca să le fii cel mai bun prieten	236
Încurajează-i orice-ar fi	239
Renunță la condițiile suplimentare	241
Nu-i face să se simtă vinovați	243
Amintește-ți că încă mai au nevoie de tine	245
Nu este vina ta	247
Odată părinte, pentru totdeauna părinte	250

Prefață

Nimic nu te poate pregăti pentru a fi părinte. Când devii părinte îți sunt testate rezistența, nervii, emoțiile și uneori chiar sănătatea mintală. Începi să te frământă în legătură cu schimbarea scutecului sau cu modul în care să-i faci baie bebelușului fără a-l îneca și, nu după mult timp, descoperi că acestea sunt cele mai mici provocări cărora trebuie să le faci față. Și tocmai când te gândești că ai reușit să treci cu bine peste o perioadă a copilăriei, copiii cresc puțin și scenariul e cu totul altul. Primii pași, școala, prietenul sau prietena, școala de șoferi – nu se termină niciodată. Din fericire, recompensele sunt uriașe – distracția, îmbrățișările și apropierea. Chiar mulțumirile, dacă ești foarte norocos. Și bineînțeles, plăcerea de a-i vedea devenind genul de persoană de care poți fi mândru.

De-a lungul drumului, cu siguranță vor fi din belșug frustrări, angoasă, confuzie și introspecție pentru a găsi lucrurile potrivite pe care să le spui sau să le faci și care să-l conducă pe copilul tău pe calea devenirii unui adult fericit și echilibrat. Despre asta este vorba în această carte.

Poteca pe care pășești acum este bine bătătorită – milioane de oameni au fost părinți înaintea ta și, prin încercări și greșeli, unii dintre ei au realizat lucruri care ar putea sa-ți fie utile ție acum. Am fost părinte de două ori. Am avut două familii „întinse” pe o perioadă de aproape 30 de ani. Asta înseamnă că am avut ocazia să fac majoritatea greșelilor clasice de câteva ori. Dar asta înseamnă și că, prin prietenii mei și prin copiii prietenilor mei, am avut șansa să privesc și să observ alte familii, să văd cum se comportă alți părinți. Este un studiu fascinant.

Unii părinți par să știe instinctiv cum să abordeze orice situație. Alții dau greș uneori, dar alteori se descurcă folosind metode geniale. Dacă studiezi alți părinți suficient de mult, așa cum am făcut eu, începi să identifici tiparele – tactici, tehnici și principii de comportament care reușesc să scoată ce-i mai bun din fiecare copil și care pot fi adaptate la personalitatea copilului. Tocmai aceste atitudini și principii sunt cele pe care le-am distilat transformându-le în *Regulile Educării Copilului*, pentru a te ghida în momentele dificile, pentru a te ajuta să-ți crești copiii cât de bine se poate și pentru a îmbunătăți relația dintre tine și copiii tăi.

Cele 100 de reguli ale educării copilului nu intenționează să producă o revelație – sunt doar o trecere în revistă. Multe sunt de bun simț, dar e ușor să le pierzi din vedere atunci când ai de-a face cu un țânc de doi ani în plină criză de nervi sau cu un adolescent convins că întreaga lume, cu tot ce e-n ea, există pentru unicul scop de a-i face lui pe plac.

Așa că până și regulile care par evidente merită să-ți fie reamintite. La urma urmei, treaba pe care o ai de dus la bun sfârșit, și anume educarea copilului tău, este prea importantă.

100 de Reguli par a fi cam multe la o primă privire. Dar gândește-te că și 18 ani este un timp destul de îndelungat. Mai mult de 18, dacă ai mai mulți copii.* Trebuie să treci cu copiii tăi prin scâncete, scutece, primii pași, primele cuvinte, citit-scris-socotit, școală, prieteni, sex și droguri și rock-'n-roll. De fapt, 100 de Reguli nu sunt deloc multe.

Mie îmi e cât se poate de clar cum poți identifica un bun părinte – un *Părinte* (cu „P” mare, așa cum îl voi numi de-acum încolo).

* Da, știu, nu și dacă sunt gemeni. Mulțumesc.

Trebuie doar să te uiți la copiii lui. Unii copii trec prin perioade dificile din tot felul de motive, multe dintre ele fără legătură cu părinții. Dar am descoperit că după ce copiii pleacă de acasă, îți dai imediat seama ce fel de treabă au făcut părinții lor. Și mă gândesc că părinții ai căror copii sunt în stare să aibă grijă de ei înșiși, să se bucure de viață și să-i facă pe cei din jurul lor fericiți, să fie atenți și amabili și să-și susțină opiniile – acei părinți sunt cei care și-au făcut treaba bine. De-a lungul anilor am văzut ce fel de părinți „produc” acest gen de adulți.

Numai gândul la uriașa responsabilitate pe care o ai ca părinte te poate face să îngheți și să ți se taie respirația. Da, ceea ce spui și faci de-a lungul anilor va avea o imensă influență asupra procesului prin care copilul tău devine un adult ratat sau unul perfect echilibrat. Vestea bună e că, gândindu-te la toate astea acum, pe măsură ce citești această carte, vei începe automat să corectezi multe dintre proastele tale obiceiuri și în același timp îți vei forma obiceiuri noi, mult mai utile (utile pentru tine și pentru urmașii tăi).

Și mai am încă o veste bună. Există o mulțime de metode nepotrivite de a-ți crește copiii, dar există și o mulțime de metode potrivite. În această carte vei găsi principii pe care le poți adapta pentru a se potrivi ție și copiilor tăi. Cartea nu este o listă cu instrucțiuni pe care trebuie să le urmezi cu sfințenie dacă nu vrei ca puștiul tău să sfârșească prin a fi un ratat. Am văzut părinți care au găsit tot felul de moduri originale, creative și neobișnuite de a interpreta cu succes aceste Reguli. Ideea e să urmezi *spiritul*, și nu *litera* Regulilor. De exemplu, am cunoscut părinți excelenți care și-au educat copiii acasă, părinți minunați ai căror copii au urmat instituții de învățământ de stat și părinți la fel de buni ai căror copii au fost educați în instituții particulare. Dacă ai atitudinea potrivită, restul vine de la sine.

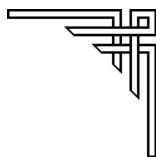
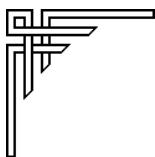
Eu personal garantez că e imposibil să urmezi cele 100 de Reguli zi de zi, timp de 18 ani. Și tot eu știu cu certitudine că până și cei mai buni părinți pe care i-am văzut au mai și greșit din când în când. E adevărat, n-au făcut greșeli mari și nici foarte dese și întotdeauna și-au dat seama când au greșit. E foarte important să recunoști când ai greșit și să te străduiești mai mult data viitoare. Asta e tot ce poate cere cineva unui părinte. Și, dacă ar fi să mă iau după copiii pe care i-am urmărit crescând, este suficient.

Pot, de asemenea, să-ți spun (și parcă văd cât ești de ușurat când citești asta) că niciuna dintre Reguli nu-ți cere să piepteni copilul cu religiozitate sau să te asiguri că are șosete imaculate în fiecare zi. Sunt sigur că toate astea sunt foarte drăguțe, dar am văzut părinți care au crescut copii excepționali cu părul încâlcit și fără șosete.

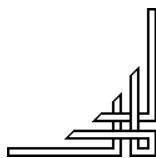
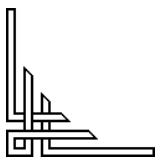
Aceste Reguli sunt despre lucrurile importante. Lucruri care au de-a face cu atitudinea și cu valorile și cu respectul de sine al copilului tău, nu cu șosetele lui. Sunt Reguli care te vor ajuta pe tine și pe copilul tău să vă simțiți bine împreună, să vă bucurați de viață și să-i tratați pe cei din jur cu respect. Sunt principii generale care se aplică atât familiilor tradiționale, cât și familiilor monoparentale sau celor cu părinți vitregi.

Nu susțin că trebuie să urmezi exact 100 de Reguli și că nu vor mai fi niciodată altele. Departate de mine. Acestea sunt Regulile care mi s-au părut cele mai importante, dar sunt interesat să aflu și să colectez mai multe Reguli pentru educarea copilului. Așa că, dacă ai vreun as în mână, te rog să mi-l trimiți și mie prin e-mail la *Richard.Templar@RichardTemplar.co.uk*.

Richard Templar



**REGULI
PENTRU
A RĂMÂNE
CU MINTEA
ÎNTREAGĂ**



Cartea este împărțită în zece secțiuni și am hotărât să încep cu Regulile pentru a rămâne cu mintea întreagă. Până la urmă, dacă asta nu-ți reușește, celelalte 90 de Reguli nu prea-și mai au rostul.

Dacă ești un foarte proaspăt părinte – sau ești pe cale să devii părinte pentru prima dată – nu vreau să te alarmez dându-ți impresia că ținerea la distanță a nebuniei este principala îndeletnicire a părinților și că o să-ți petreci următorii 18 ani într-un echilibru precar, gata-gata să o iei razna. Nici vorbă. Vor fi doar momente în care vei simți că cedezi nervos, momente pe care trebuie să fii pregătit să le gestionezi cu succes. Uneori aceste momente vor fi – din fericire – rare și suficient de distanțate unul de altul. Dar crede-mă pe cuvânt când spun că toți trecem prin astfel de clipe. Sincer, sunt momente care-i pun la încercare și pe cei mai buni dintre cei mai buni părinți.

Ideea e că totul va fi mult mai distractiv dacă vei fi sănătos psihic. Sănătatea ta mintală nu e importantă numai pentru că tu ești important, ci și deoarece copiii tăi au nevoie de părinți sănătoși. Sunt doar câteva Reguli care, odată ce le vei prinde sensul, te vor ajuta să rămâi cu capul pe umeri atunci când toți ceilalți și-l pierd pe-al lor.

Relaxează-te

Așadar, care sunt cei mai buni părinți pe care-i cunoști? Cei care par a avea o abilitate instinctivă de a spune și de a face lucrurile care vor duce la copii fericiți, încrezători în forțele proprii, echilibrați? Te-ai întrebat vreodată ce-i face pe acești părinți așa de buni? Acum gândește-te la cei pe care în sinea ta nu-i consideri niște părinți nemaipomeniți. De ce oare?

Toți părinții excelenți pe care-i știu au un lucru-cheie în comun. Sunt relaxați. Și toți cei care pică la acest examen sunt stresați. Poate că nu-i preocupă întrebarea „Sunt oare un bun părinte?” (poate ar fi bine să-i preocupe), dar îi stresează ceva și asta le afectează abilitatea de a fi cu adevărat părinți buni.

Cunosc un cuplu de părinți care sunt excesiv de preocupați de curățenie și de ordine. Copiii lor trebuie să-și scoată pantofii la ușă sau întreaga lume se prăbușește. Chiar dacă pantofiorii sunt curați. Se înfurie îngrozitor dacă bieții copii lasă ceva nelalocul lui sau fac vreun pic de dezordine. Copiilor le e imposibil să se relaxeze și să se simtă bine dacă cumva se pătează de iarbă pe pantaloni sau dau din greșală peste sticla de ketchup.

Am un alt prieten care este atât de obsedat de competiție încât copiii lui suportă presiuni uriașe pentru a câștiga orice joc prietenesc în care sunt angrenați. Și un altul care se frământă exagerat de mult ori de câte ori copilul lui își julește genunchii la joacă. Pun pariu că și tu ai o mulțime de astfel de exemple printre oamenii pe care-i cunoști.

Părinții cu adevărat buni pe care i-am întâlnit, pe de altă parte,

se așteaptă ca puștii lor să fie gălăgioși, dezordonați, neastâmpărați, plângăcioși și plini de noroi. Ei se descurcă fără probleme. Știu că au la dispoziție 18 ani pentru a transforma aceste mici creaturi în adulți respectabili și merg mai departe în ritmul lor. Nicio grabă în a-i determina să se poarte ca niște oameni mari – o să ajungă și acolo, la momentul potrivit.

Între noi fie vorba, această Regulă devine din ce în ce mai ușoară cu timpul, deși unii nu reușesc niciodată s-o stăpânească așa cum fac adevărații *Părinți*. E mult mai dificil să te relaxezi pe de-a întregul cu primul bebeluș decât cu ultimul adolescent care pleacă din casa părintească. Cu bebelușii, concentrează-te asupra lucrurilor esențiale – să ai un bebeluș sănătos care nu este înfometat și nici nu-l deranjează ceva în mod deosebit – și nu te stresa prea tare pentru restul. Nu contează dacă nasturii sunt strâmb încheiați sau dacă n-ai avut timp să-i faci baie azi, sau ai plecat în weekend fără pijamăluță pentru copil (da, am o prietenă care a făcut asta și nu, nu s-a stresat, fiind un *Părinte*).

Cu atât mai bine dacă reușiți ca la sfârșitul zilei să vă puneți picioarele pe masă și cu un pahar de vin sau de gin tonic în mână* să vă spuneți veseli unul altuia: „Ce naiba... sunt toți în viață, așa că se pare că ceva tot am făcut bine.”

PĂRINȚII CU ADEVĂRAT BUNI
SE AȘTEAPTĂ CA PUȘTII LOR SĂ
FIE GĂLĂGIOȘI, DEZORDONAȚI,
NEASTÂMPĂRAȚI, PLÂNGĂCIOȘI
ȘI PLINI DE NOROI.

*Nu, nu-i încurajez pe părinți să folosească alcool pentru a o scoate la capăt. Numai să se relaxeze!

Nimeni nu e perfect

Te-ai gândit vreodată cum ar fi fost dacă ai fi avut părinți perfecti? Ei bine, gândește-te acum. Imaginează-ți că părinții tăi n-ar fi făcut nicio greșală (pun pariu că au făcut)*. Să presupunem că ar fi fost părinți „de manual” – că mama ta ar fi avut *întotdeauna* dreptate. Sună distractiv? Bineînțeles că nu.

Copiii au nevoie de cineva cu care să se confrunte atunci când cresc. Au nevoie de cineva pe care să dea vina și mi-e teamă că tu vei fi acela. Așa că ai putea foarte bine să le dai motive să te învinovățească.

COPIII TĂI VOR DA VINA
PE TINE DIN CÂND ÎN CÂND.
AȘA E DE CÂND LUMEA.

Și cam ce motive ai putea să le dai? Nimic crud sau abuziv, bineînțeles – trebuie să alegi ceva care nu e nerezonabil și care sugerează un pic de fragilitate umană.

** Te rog, nu-mi scrie acuzându-mă că ți-am insultat mama. Vreau doar să-mi illustrez punctul de vedere.*

Poate ai un pic mai puțină răbdare decât ar trebui? Sau poate ai tendința de a pune un pic prea multă presiune asupra lor? Să fie oare faptul că le ceri prea multă ordine și curățenie? Sau hai să-ți spun eu cum să faci: cel mai bine, de ce să te obosești să cauți? Mergi pe imperfecțiunile tale naturale și nu mai trebuie să faci niciun efort. Sunt toate șansele să ai unul sau două cusururi care să se potrivească mănuișă aici.

Bineînțeles, nu înseamnă că ai scăpat și că nu mai trebuie să încerci să-ți îmbunătățești abilitățile de părinte. Oricum, asta ar face tot restul cărții inutil. Înseamnă doar că nu trebuie să te învinovățești prea tare dacă lași un pic mai jos standardele pe care ți le-ai fixat. Până la urmă, ce fel de exemplu ai fi pentru copiii tăi dacă nu ai da greș niciodată, nici măcar un pic? Mie nu mi-ar fi plăcut să fiu nevoit să fac față unor astfel de părinți și cred că nici copiilor tăi nu le-ar plăcea.

Puștii tăi vor da vina pe tine din când în când. Așa e de când lumea. Dacă ai fi perfect, ei ar avea toate motivele să te învinovățească pentru asta. Nu poți câștiga. Poți doar să speri că odată, mai ales dacă devin ei înșiși părinți, o să ajungă la concluzia că, de fapt, ar trebui să-ți fie recunoscători pentru că nu ai fost perfect.

Conștientizează lucrurile la care ești bun

Când copiii mei cei mari erau mici, eram întotdeauna gelos pe ceilalți tați care petreceau ore întregi jucând fotbal cu copiii lor. Mă simțeam vinovat că eu nu puteam face asta decât pentru câteva minute și nici acelea din toată inima. Pur și simplu nu era genul meu.

Apoi mai era prietenul care construise o căsuță superbă pentru copiii lui în copacul din spatele casei („Tati, de ce nu putem și noi avea o căsuță ca a lor?“). Și mama care organiza vânători de comori complexe și interesante la fiecare petrecere. Și cea care își ducea fiica la aceeași oră de balet ca și mine în fiecare săptămână, dar care reușea să arate ca și cum acest lucru chiar i-ar fi plăcut; și... aș putea continua.

Probabil că ai prins ideea. Mă concentram asupra lucrurilor pe care ei le puteau face, și eu nu puteam, când de fapt erau și o mulțime de lucruri pe care eu le puteam face, și ei nu – lucruri pe care le consideram de la sine înțelese, dar care erau la fel de valoroase.

De exemplu, mie îmi place enorm să le citesc copiilor. Și fiind un individ destul de extrovertit (OK, la limita exhibiționismului), adoram să petrec ore întregi citind povești lungi pe diferite voci, cu accente diferite și imitații, și efecte sonore, și șoapecte dramatice, și tot

tacâmul. Dar asta mi se părea ceva atât de natural, încât au trecut ani până să realizez că cititul meu era la fel de valoros ca fotbalul sau construcția de căsuțe în copaci.

În din ce în ce mai rarele ocazii când băteam mingea cu copiii, era cât se poate de clar că făceam asta numai pentru că simțeam că așa trebuie, nu pentru că asta mi-aș fi dorit să fac. Nu zic că acesta n-ar fi un motiv bun, dar nu voi fi niciodată ca prietenul meu al cărui entuziasm pentru joc era aproape palpabil și care-i inspira pe copiii săi. Dar probabil că nici el nu poate citi o poveste așa cum o fac eu. Sau să gătească așa o minunăție de spaghetti bolognese.

Ideea e că noi, *Părinții*, știm la ce ne pricepem cel mai bine. Nu renunțăm la toate celelalte, dar punem accent pe calitățile noastre. Dacă suntem varză la fotbal, citim mai multe povești; facem mai multe prăjituri delicioase de casă; avem o nesfârșită răbdare cu copiii când învață să cânte la pian; le arătăm cum să repare mașini; le împărtășim entuziasmul pentru *Star Wars* sau motociclete, sau *My Little Pony* (da, știi, va trebui să muncești din greu la punctul ăsta).

E important să știi la ce ești bun și să ai încredere în propriile tale puncte forte. Astfel, îi poți urmări pe ceilalți părinți făcând lucruri pe care tu n-ai putea niciodată să le faci fără să te simți vinovat. La urma urmelor, amândoi știm că nici ceilalți părinți nu pot face de toate. Așa că, atunci când simți un ghimpe de gelozie înțepându-te, oprește-te și reamintește-ți la ce ești bun.

PĂRINȚII BUNI NU RENUNȚĂ
LA TOATE CELELALTE, DAR PUN
ACCENT PE CALITĂȚILE LOR.

Orice regulă poate fi încălcată când și când

Cu toții știm că există reguli, sisteme, proceduri și politici care trebuie urmate dacă ești părinte. Știi la ce mă refer: nu-i hrăni la fast-food, nu-i lăsa să se culce prea târziu, nu le da voie prea mult la televizor, nu le permite să înjure până când n-au vârsta potrivită (înainte de a întreba, citește Regula 76).

Noi, *Părinții*, înțelegem că sunt foarte puține regulile pe care nu le poți încălca pentru un motiv suficient de bun. OK, ar trebui să le dai numai mâncare sănătoasă și recomandatele „5 mese pe zi”, dar când ajungi acasă obosit după o zi lungă, nu-i sfârșitul lumii dacă le dai o dată semipreparate.

Gândește-te: ce se poate întâmpla dacă încalci o dată o anumită regulă? Sigur, dacă încalci regula privind prinderea centurii de siguranță în mașină, consecințele pot fi cumplite, așa că pe asta ar fi bine s-o respecti întotdeauna. Dar dacă sari peste baia de seară pentru că sunteți amândoi extenuați – ei bine, cât de rău poate să fie?

Amintește-ți, secțiunea asta este despre Regulile pentru a rămâne întreg la minte. Și ideea acestei Reguli este să-ți dai seama că e mai

important pentru copiii tăi să aibă părinți sănătoși și relaxați decât să nu mănânce niciodată semipreparate. Unii părinți își complică mult prea mult viața gândindu-se că e esențial să respecte fiecare regulă întotdeauna. Consumă o mulțime de energie pentru lucruri mărunte.

Odată am plecat cu doi dintre copiii noștri într-o excursie de o zi care începea cu o călătorie cu un tren cu aburi. Cel mic avea doar câteva săptămâni, iar cel mare avea 2 ani. Abia când am coborât din mașină, la gară, ne-am dat seama că cel mare nu avea pantofi. Acum, bineînțeles, există o regulă nescrisă care spune să nu-ți iei copilul în excursii de o zi cu trenul cu aburi fără pantofi. Aveam două opțiuni: să abandonăm călătoria cu trenul sau să continuăm cu copilul desculț. Copil care, bineînțeles, prefera varianta a doua și care pornise deja hotărât spre tren.

Ceea ce ne-a lăsat în continuare cu două opțiuni: să ne împotrivim sau să cedăm. După cum și tu, și eu știm, singura opțiune rezonabilă este să te lași dus de val. Ori ne bucurăm de o zi distractivă în picioarele goale, ori ne stresăm pentru ceva ce nu putem schimba și ne stricăm ziua, și pe a noastră, și pe a copilului. A fost unul dintre momentele când o regulă a trebuit încălcată (dar, bineînțeles, nu cea mai potrivită zi pentru a încălca și regula privind baia dinainte de culcare).

Morala poveștii este că, dacă insiști să respecti întotdeauna fiecare Regulă, atunci încalci Regula 4. Ha!

DUPĂ CUM AMÂNDOI ȘTIM,
SINGURA OPȚIUNE REZONABILĂ
ESTE SĂ TE LAȘI DUS DE VAL.

Nu încerca să faci totul

Ce-ai vrea să se facă puștii tăi când vor fi mari? Jocheu campion? Balerină? Om de știință? Fotbalist profesionist? Violonist de concert? Actor? Greu de spus când sunt mici, așa că poate ar trebui să le păstrezi toate opțiunile deschise, asigurându-te că beneficiază de cursuri suplimentare în toate domeniile pentru care arată vreun pic de interes. În felul ăsta nu se vor putea plânge mai târziu că n-au reușit din vina ta, pentru că nu i-ai încurajat când erau suficient de mici.

Într-adevăr, se ajunge la un program cam încărcat. Fotbal luni, actorie marți, clarinet miercuri – și după aceea înot. Joi ai balet, și vineri gimnastică. Și călărie în weekend. Și asta pentru un singur copil. Adevărata distracție începe când ai doi sau trei.

Hopa! Oprește-te! Ceva lipsește. Unde este joaca fericită și fără griji în grădină? Cum învață copiii ăștia să se distreze singuri? Unde, în rigurosul program săptămânal, reușesc ei să răsfoiască o revistă de benzi desenate sau doar să umble creanga, uitându-se la nori, fără să se gândească la ceva anume? Acestea sunt și ele elemente vitale ale dezvoltării copilului.

Cunoști copii a căror viață este un șir neîntrerupt de lecții și exerciții și meditații? Ai văzut ce se întâmplă când le ceri să se descurce singuri timp de câteva zile? Să presupunem că merg în vacanță într-un loc frumos și liniștit – la munte, la mare sau la țară. Sunt *derutați*. N-au nici cea mai vagă idee cum să facă să se simtă bine –

n-au avut timp să învețe. Acest lucru va face viața cu adevărat dificilă pentru ei. Nu se vor putea relaxa niciodată, pentru că nimeni nu i-a învățat cum.

Nu te panica, nu sugerez să le interzici copiilor toate activitățile extrașcolare. Asta ar fi o prostie. Dar sugerez să le limitezi la, să zicem, două pe săptămână. Și să-i lași pe ei să le aleagă pe acestea două. Nu-i obliga să învețe vioara doar pentru că tu ai învățat când erai copil și ți-a plăcut la nebunie. Sau pentru că n-ai învățat niciodată, deși ți-ar fi plăcut. Dacă ei vor să se apuce de altceva, vor trebui să renunțe la una dintre activitățile curente pentru a face loc celei noi. (Da, dă-i voie să renunțe la balet dacă nu-i place, chiar dacă profesoara a decretat că e un adevărat talent.)

DA, DĂ-I VOIE SĂ RENUNȚE
LA BALET DACĂ NU-I PLACE,
CHIAȚ DACĂ PROFESOARA
A DECRETAT CĂ E
UN ADEVĂȚAT TALENT.

Îți aduci aminte de părinții aceia relaxați și bine dispuși de la Regula 1? Câți dintre cei mai buni părinți pe care-i cunoști își duc copiii la diferite cursuri în fiecare zi a săptămânii? Nici măcar unul. Îi lasă la vreo două activități de care sunt cu adevărat interesați, iar în restul timpului copiii lor se amuză costumându-se, făcând puzzle-uri, murdărindu-se, jucându-se cu cutii și pungi goale de cereale, căutând gândaci în grădină, așezând într-o anumită ordine toți dinozaurii, citind cărți pentru care sunt prea mici, făcând toate celelalte lucruri pe care copiii ar trebui să le facă pentru că e bine pentru ei și ca să nu stea tot timpul pe capul tău.

Nu trebuie să urmezi fiecare sfat pe care îl primești (inclusiv acesta)

Ce-ți spunea mama ta? Trebuie să întorci copilul la fiecare zece minute în timpul alăptării. Oh, și soacra ta zicea că e musai să cumperi numai hăinuțe descheiate în față. Și, bineînțeles, prietena ta cea mai bună te-a sfătuit să nu cumperi un coșuleț de mașină. Deși cumnatul ți-a spus că al lor pur și simplu le-a salvat viața... Aaaaah!

Și acesta e doar începutul. Cantitatea de sfaturi care te lovește când ai un nou copil este înspăimântătoare. Iar peste 18 ani încă nu se va fi oprit: „Oh, doar nu vrei să dea la facultate. Pierdere de vreme – spune-i să-și ia o slujbă.” Sau: „Ai face bine să-l scoți din casă până să împlinească 18 ani; dacă nu, va fi încă acolo și când va avea 30.” Sau: „Nu-i cumpăra mașină. Mai bine să economisească pentru a-și cumpăra singur. Noi așa am făcut.”

Ascultă o singură persoană: pe tine însuși. Dacă ai un partener, probabil că e înțelept să ții cont și de părerea lui. Dar limitează-te la asta, altfel o iei razna. Și tocmai asta trebuie să nu se întâmple, dacă-ți aduci aminte.

Nu zic să nu ascuți ce au de spus cei din jurul tău, dacă asta vrei. Ai putea chiar să selectezi unul sau două ponturi utile. Dar chiar dacă au dreptate, tot nu trebuie să faci ceea ce spun ei. Doar pentru că o anumită abordare, stratagemă, aparat, sistem, tehnică sau orice altceva a funcționat pentru altcineva nu înseamnă că va funcționa și pentru tine. Toți copiii sunt diferiți și toți părinții sunt diferiți, așa că e greu de presupus că sfatul lor va funcționa pentru tine.

DOAR PENTRU CĂ O ANUMITĂ
ABORDARE A FUNCȚIONAT
PENTRU ALTCINEVA NU
ÎNSEAMNĂ CĂ VA FUNCȚIONA
ȘI PENTRU TINE.

Vecina mea mi-a cerut părerea într-o zi, întrebându-mă dacă ar trebui să încerce să-i facă bebelușului ei un program de hrănit/dormit. De fapt, întrebarea ei n-avea niciun rost – eram firi total diferite. Ea era foarte ordonată, riguroasă și organizată și se stresa imediat dacă ceva nu era exact la fel. Eu, pe de altă parte, sunt mult mai relaxat și sunt fericit lăsându-mi copiii să doarmă când le e somn și să mănânce când le e foame.

Adevărații *Părinți* au suficientă încredere în ei cât să respingă sfaturile care nu li se par potrivite. Așa că ascultă, apoi trece totul prin filtrul tău personal. Iar dacă sfatul ăsta nu ți se pare potrivit, atunci probabil că nu este. Zâmbește politicoș și spune: „Mulțumesc, am să țin minte.”

E normal să vrei să evadezi

Hai să vorbim despre tabuuri. Moarte, droguri, sex... sau ce zici de cel mai tare dintre toate: să admiți că sunt momente în care ai vrea ca puștii tăi să dispară pur și simplu?

Bineînțeles, este strict interzis să admiți vreodată că dragălașii tăi îngerași se pot dovedi a fi mici teroriști. Poți glumi cu autoironie pe tema asta, dar nu poți declara serios că sunt momente când tot ce-ți dorești este să scapi de ei. Cum ai putea? Treaba ta e să-i iubești și, dacă-i iubești, rezultă că iubești tot ce ține de ei. Ar trebui să zâmbești cu indulgență când îți cer să le citești aceeași poveste plictisitoare care nu se mai termină, seară de seară, timp de trei luni, să-i privești cu adorație cum urlă cât îi țin plămânii în timp ce aleargă bezmetici și să râzi cu ei când repetă pentru a 25-a oară aceeași glumă nesărată.

Partea amuzantă e că este perfect acceptabil să te irite copiii altora (nu că ar trebui să le și spui părinților respectivi în față lucrul ăsta). Știm cu toții cât de enervanți pot fi copiii. Iată de ce mi se pare firesc ca și copiii noștri să ne calce pe nervi din când în când. Este OK.

De fapt, copiii noștri chiar excelează în a ne călca pe nervi. Încep cam imediat ce se nasc. Țipătul nou-născutului e făcut pentru a-ți penetra creierul până când decizi să acționezi într-un fel. Și mămăăă, ce mai funcționează! Din momentul acela te calcă pe nervi sis-

tematic. Uneori nici nu e vina lor. De fapt, ăsta e cazul în care te simți cel mai vinovat – când știi că nu e vina lor. Dar când ăla micu' nu te-a lăsat să dormi trei nopți la rând pentru că-i iese un dinte, e greu să mai fii înțelegător. Știi că așa ar trebui, dar de fapt nu vrei decât să *tacă* și să te lase să dormi. La urma urmelor, e doar un dinte!

Ei bine, am vești pentru tine. Toți părinții simt la fel din când în când. De fapt, vor fi etape în care se va întâmpla doar o dată sau de două ori pe săptămână. Nu trebuie decât să accepți că e ceva natural, iar orice părinte care nu admite asta minte. Nu poți să-ți împiedici copilul să te calce pe nervi, dar asta nu trebuie să vină la pachet cu sentimentul de vină.

Și mai e ceva: gândește-te întotdeauna și la reversul medaliei. Îți aduci aminte când erai și tu copil? Indiferent cât de mult te înnebunesc copiii, sunt șanse foarte mari ca și tu să-i calci *pe ei* pe nervi cel puțin la fel de mult. Așa că sunteți chit.

ESTE PERFECT ACCEPTABIL
SĂ TE IRITE COPIII ALTORA.
ȘTIM CU TOȚII CÂT
DE ENERVANȚI POT FI COPIII.

Ai voie să te ascunzi de copii

Dacă Regula 7 spune că puștii au voie să te aducă la disperare, trebuie să ai și tu voie să faci ceva în sensul ăsta. Personal, sunt pentru a fugi și a te ascunde. Nu, serios, mi s-a întâmplat să mă strecur în cel mai apropiat dulap și să-mi țin respirația până când au ieșit din cameră.

Cunoști sentimentul. Îi auzi apropiindu-se, spunând: „Te spun!“ „Ba nu, eu te spun pe *tine!*“ Nu știi decât că tu ești acela căruia intenționează să-i spună și n-ai nici cea mai vagă idee cine ce a făcut sau dacă avea dreptate. Ce-ar trebui să facă un *Părinte*? Ei bine, mie răspunsul mi se pare evident: Să se ascundă. Și știi ceva? Când nu te gălesc, aproape întotdeauna se descurcă singuri.

MI S-A ÎNTÂMPLAT
SĂ MĂ STRECOR
ÎN CEL MAI APROPIAT DULAP
ȘI SĂ-MI ȚIN RESPIRAȚIA
PÂNĂ CÂND
AU IEȘIT DIN CAMERĂ.

O mulțime de cărți pentru părinți îți vor vorbi despre folosirea „pauzei” când copiii se poartă urât. Știi, îi trimiți în camera lor sau pe „treapta neascultătorilor”* (O, nu începe cu asta!) până se calmează. Poate să funcționeze foarte bine, dar de ce să se aleagă copiii cu toată distracția? Ar trebui să ai și tu voie să zici „pauză”. Când simți că trebuie să te calmezi, poți să-ți oferi singur un premiu. Asta înseamnă să evadezi de lângă copii oriunde poți – inclusiv să te ascunzi.

Am o prietenă care mi-a spus – cu mulți ani în urmă, cu puțin înainte de nașterea primului meu copil – că sunt momente când, stând cu bebelușul, e atât de extenuată și de frustrată încât îi vine să ia pe cineva la bătaie. Perspectiva asta m-a cam îngrijorat, așa că am întrebat-o ce face în astfel de momente. Mi-a mărturisit că ea a găsit o singură soluție. Pune bebelușul pe jos în mijlocul camerei, unde nu poate să pățească nimic rău, apoi se duce undeva de unde nu aude plânsetele și stă acolo până-și vine în fire.

De ce oare simțim că n-ar trebui să facem așa ceva, chiar și atunci când știm că suntem la capătul puterilor? Ni se pare că eșuăm într-un fel ca părinți, când de fapt alegem cea mai logică soluție existentă. Ei bine, *Părinții* înțeleg că suntem cu toții oameni și că avem cu toții nevoie să fugim și să ne ascundem uneori. În felul ăsta putem face o treabă mult mai bună când ne întoarcem cu forțe proaspete.

* Întotdeauna pare nedrept să particularizezi o singură treaptă. Cum poate fi caracterizată o treaptă drept a „neascultătorilor”, iar celelalte nu?

Părinții sunt și ei oameni

Când ai luat ultima dată masa în oraș fără copii? Când ai petrecut o seară cu prietenii și n-ai menționat copiii nici măcar o dată? Când te-ai îmbătat ultima oară? Sau ai meșterit la un motor, sau ai grădinărit, sau orice obișnuiai să faci pentru a te destinde și a te simți bine înainte de a apărea copiii?

Sper că n-a trecut prea mult timp. Dacă a trecut, atunci rolul de părinte îți poate acapara viața. Noi, *Părinții*, trebuie să știm când să ne deconectăm. Bineînțeles că, de fapt, rămânem în standby, nu ne deconectăm total, prin scoatere din priză, dar poți să te distrezi de minune și în standby.

Fii atent, Regula asta este cu adevărat importantă pentru că, în cazul în care copiii sunt totul pentru tine, ei sunt supuși unei presiuni uriașe. Într-un fel sau altul realizează că succesul tău personal se bazează în întregime pe rezultatele lor și pe cât de bine reușesc ei. Și asta e o povară prea mare pentru umerii unui copil.

Regula 9 e mai greu de respectat în primele luni de viață ale bebelușului – de fapt îți dau dispensă în primele trei luni –, dar trebuie să începi cât de devreme poți. Copiii tăi au nevoie ca tu să ai viața ta separată de a lor, altfel le va fi extrem de greu să aibă propriile lor vieți când vor crește mari. Și oricum, dacă te baricadezi și îți construiești întreaga viață în jurul orelor de masă și de somn ale

copiilor, peste câțiva ani o să deschizi ușa și o să descoperi că nu mai ai niciun prieten. Și cu ce o să te ajute asta?

Am observat de-a lungul timpului că *Părinții* pe care-i admir cel mai mult au întotdeauna interese care nu au nimic de-a face cu copiii. Fie au cariere de succes, fie au o dată pe an o vacanță doar a lor, fie nu lipsesc niciodată de la tenis joia, sau se plimbă cu barca în fiecare sâmbătă, sau nu ratează finala Cupei, sau merg în fiecare an în aprilie la Paris, sau orice îi menține sănătoși psihic.

Hei, știu că e dificil și că ai atât de puțin timp. Bineînțeles că vei ieși mai rar în cluburi și vei lua mai puține droguri* decât înainte să apară copiii. Dar trebuie să te asiguri că mai faci măcar acele lucruri care îți plac cel mai mult. Altfel, când copiii vor părăsi casa părintească la 18 ani, nu vei ști ce să faci cu tine însuși.

PĂRINȚII PE CARE-I ADMIR
CEL MAI MULT AU
ÎNTOTDEAUNA INTERESE
CARE NU AU
NIMIC DE-A FACE CU COPIII.

* Glumesc – nu mă denunța!

Nu ignora relația cu partenerul tău

Regula asta este destul de evidentă. Mai greu e s-o respecti. O mulțime de părinți se declară de acord cu ea, dar mult, mult mai puțini o respectă într-adevăr. Dar tu și cu mine știm că este o Regulă vitală, asta dacă nu vrei să sfârșești punând singur în practică celelalte 99 de Reguli.

Ai iubit persoana asta suficient de mult încât să ai copii cu ea. Asta înseamnă ceva. Ar trebui să fie în continuare cea mai importantă persoană din viața ta. Probabil că îți ocupă mai puțin timp și îți solicită mai puțină atenție decât copiii, dar trebuie să constituie în continuare obiectul dragostei tale.

Copiii au schimbat relația voastră mai mult decât ai crezut că e posibil, dar peste 20 de ani veți fi din nou, tu și partenerul tău, exact cum erați la început. Și dacă nu este cea mai importantă persoană din viața ta, vei fi devastat când copiii vor pleca. Și la fel vor fi și copiii – e suficient de greu că pleci de acasă, nu trebuie să mai simți și că lumea părinților tăi se prăbușește. Copiii au nevoie să știe că voi vă iubiți unul pe altul mai mult decât pe oricine altcineva. Asta le va da libertatea de a-și vedea de viețile lor și, eventual, de a găsi un partener pe care să-l iubească mai mult chiar decât pe voi.

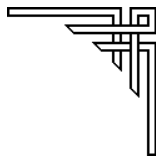
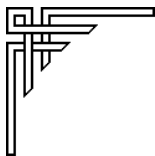
O parte a soluției este de natură pur organizatorică. Propune-ți să ieșiți împreună o dată pe săptămână. Dacă nu vă puteți permite o bonă, găsiți alți părinți dornici să aveți grijă de copii cu schimbul.

Apoi, pur și simplu, ieșiți la o plimbare sau mâncați chipsuri în parc. Ceva. Orice. Numai să vă asigurați că perpetuați acel „doar noi doi” pe care-l împărtăseați înainte.

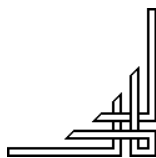
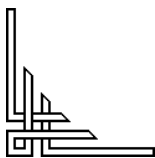
AI IUBIT PERSOANA ASTA
SUFICIENT DE MULT
ÎNCÂT SĂ AI COPII CU EA.
ASTA ÎNSEAMNĂ CEVA.

Dacă nu reușiți și pace (dacă ai mai mulți copii, știi la ce mă refer... ooooofff, unde oare au dispărut toate ofertele alea de baby-sitting?), atunci ieșiți la plimbare în parc împreună cu cei mici, dar vorbiți despre voi doi în loc să trăncăniți la nesfârșit despre ce a mai făcut bebelușul ieri.

Și apoi, mai este sexul. Da, sigur că da, știm cu toții că e greu să-ți faci timp când ești extenuat, ocupat cu sugarul, fugărit, când te simți oricum numai sexy nu și când bebelușul privește din pătuțul de lângă patul vostru. Știu că a-ți cere să vă dați huța pe candelabru ar fi un pic cam mult. Dar poți să planifici o seară pentru o masă specială sau un film romantic, urmat de un masaj sexy. Știu că ai mai auzit toate astea înainte, dar, crede-mă, chiar au efect. Dacă faceți un efort și vă oferiți unul altuia dragoste și atenție, nu veți regreta. Concentrați-vă pe calitate în locul cantității pentru o vreme, dacă asta ajută. Și după ce copiii se fac un pic mai mari, poate candelabru va reveni în meniu.



REGULI PRIVIND ATITUDINEA



A fi *Părinte* înseamnă în mare parte a avea atitudinea potrivită. Odată ce ai învățat să gândești așa cum trebuie despre copiii tăi și despre ceea ce faci tu, totul capătă contur.

Așadar, această secțiune este despre cum să obții atitudinea potrivită pentru a fi un bun părinte. Atitudinea față de copiii tăi și atitudinea față de slujba ta, aceea de a fi părinte. Trebuie să-ți vezi copiii în cea mai bună lumină pentru a te bucura de ei la maximum și pentru a le da tot ce le trebuie. Dacă-i vezi ca pe niște demoni sau ca pe niște îngeri, sau ca pe orice altceva negativ, sau nerealist, următorii ani ți se vor părea extrem de duri.

Totul se reduce la a construi relația potrivită din start, pentru ca puștii să crească și să devină din ce în ce mai independenți și pentru ca atât tu, cât și ei să profitați la maximum de tot ce fiecare aveți de oferit.

Iubirea nu e suficientă

De câte ori ai auzit clișeul „cel mai important lucru pe care-l poți oferi copiilor tăi este iubirea”? Da, sigur, evident că iubirea este esențială. Cred că suntem cu toții de acord în privința asta. Dar dacă asta e tot ce le oferi, atunci se dezvoltă cu lipsuri mari.

Părinții stil hippy (știu bine despre ce vorbesc – am fost unul dintre ei o vreme) sunt deseori de părere că puștii ar trebui să aibă voie să alerge liberi și fără restricții, cu vântul în plete și cu țărâna sub picioare, fericiți fiindcă știu că-i iubești. Ferească Sfântul să încerci să le impui restricții (căci astfel i-ai controla) sau să le limitezi comportamentul (i-ai înconjura cu gratii metaforice)!

Scuză-mă o clipă.

Ah, așa e mai bine. M-am dus să mestec niște lămâie. Acum am revenit.

Am locuit în Glastonbury^{*}, așa că am avut ocazia să văd mulți copii hippy crescând astfel. Odată deveniți adulți se luptau pentru a-și găsi locul în lumea reală și se luptau pentru a avea relații normale cu prietenii și cu colegii.

^{*} Orășel în Somerset, Anglia, loc de desfășurare a unui mare festival de muzică și teatru organizat în aer liber. Glastonbury a fost puternic influențat de stilul hippy în anii '70.

Unii dintre ei se luptau să înghită o masă normală după ce fuseseră hrăniți numai cu năut încolțit timp de 18 ani.

Știu câțiva care s-au mutat în străinătate doar pentru a scăpa de părinți.

Da, da, da – trebuie să le oferi dragoste copiilor tăi. Dar mai sunt și alte câteva lucruri pe care trebuie să le oferi: disciplină, autodisciplină, valori, capacitatea de a dezvolta și a păstra bune relații, un mod de viață sănătos, o educație decentă, o minte deschisă, abilitatea de a gândi pentru ei înșiși, înțelegerea valorii banilor, capacitatea de a se impune, abilitatea de a învăța – și din când în când o tunsoare.

Hei, nimeni n-a zis că va fi ușor. Ți-ai asumat o sarcină dificilă când ai decis să ai copii și va trebui să muncești din greu tot restul vieții tale. Așa că nu te gândi că tot ce ai de făcut este să-i iubești și poți bifa căsuța cu „Sunt un părinte excelent”. Dacă-i lași să facă ce vor când vor, nu e bine pentru ei; trebuie să te implici și asta înseamnă sânge, lacrimi și sudoare. Dar hei, uită-te în jurul tău; o mulțime de părinți se descurcă, așa că nu poate să fie chiar atât de greu – dar trebuie să recunoști că ai de dus la bun sfârșit o îndatorire dificilă. Noroc că ai la dispoziție 18 ani pentru a o scoate la capăt.

**ȚI-AI ASUMAT O SARCINĂ
DIFICILĂ CÂND AI DECIS
SĂ AI COPII ȘI VA TREBUI SĂ
MUNCEȘTI DIN GREU TOT
RESTUL VIEȚII TALE.**

Pentru fiecare rețetă ai nevoie de alte ingrediente

Regula 11 spune că trebuie să faci mult mai mult decât să-i iubești. Deci, ce ai de făcut? Ei bine, la această întrebare nu există un singur răspuns, și acela simplu. Există mai multe răspunsuri, în funcție de personalitatea copilului tău și de circumstanțe. Despre asta vorbește această Regulă.

Nu poți să urmezi un set de instrucțiuni și să le aplici oricărui copil fără să te gândești deloc. Cu copiii nu merge așa. Am niște prieteni care au crescut 3 copii folosind aceeași abordare și totul a mers ca uns. Apoi a apărut copilul numărul 4 și abordarea lor s-a dus pe apa sâmbetei. Mezinul era cu totul diferit. Vedea lumea altfel. Nu putea accepta autoritatea și nu reușea să-i înțeleagă pe oameni. Era minunat, dar ciudat rău. De exemplu, persevera în a se culca îmbrăcat în fiecare seară pe motiv că n-avea rost să-și scoată hainele de vreme ce urma să și le pună la loc imediat ce se trezea.

Prietenii mei erau în permanent conflict cu fiul lor pentru că nu se califica la nivelul de copil binecrescut așa cum o făcuseră ceilalți trei copii. Dar au avut atâta minte încât să se așeze odată amândoi și să discute ce a mers și ce n-a mers cu el, de ce, și să se gândească dacă e corect – sau productiv – să-i fixeze aceleași standarde pe care

le fixaseră pentru ceilalți. Și-au adaptat unele reguli și au renunțat la altele. Nu contează care – ideea e că au stat și s-au gândit ce urmează să facă și de ce.

Și știi ce-au mai făcut? Au început să-și pună întrebări și să se gândească și la modul în care îi trataseră pe ceilalți trei copii și au reușit să aibă relații chiar mai bune decât înainte cu ei. Au fost mai atenți la conflictele apărute, iar dacă unul dintre copii era supărat sau îngrijorat, întrebau de ce și dacă pot fi de ajutor.

Ideea e că dacă nu te gândești la ceea ce ai de făcut, e greu de presupus că vei face totul cum trebuie. Dacă nu te gândești la ceea ce ai de cumpărat înainte de a pleca la cumpărături, probabil că te vei întoarce de la supermarket cu o adunătură de lucruri inutile. Dacă nu te gândești la ce-ți dorești de la o vacanță înainte de a pleca, puține șanse să te simți bine. La fel, dacă nu te gândești la modul în care vrei să-ți crești copiii, degeaba te vei strădui, căci nu vei face tot ce stă în puterile tale să faci pentru ei.

DACĂ NU TE GÂNDEȘTI
LA CEEA CE AI DE CUMPĂRAT
ÎNAINTE DE A PLECA
LA CUMPĂRĂTURI,
PROBABIL CĂ TE VEI ÎNTOARCE
DE LA SUPERMARKET
CU O ADUNĂTURĂ
DE LUCRURI INUTILE.

Bucură-te că-i vezi

Uite, asta e o chestie care chiar mă scoate din sărite. Am văzut nenumărați părinți făcând-o. Vin copiii de la școală sau de la joacă și nici nu intră bine pe ușă că sunt întâmpinați cu: „Scoate-ți imediat pantofii ăia plini de noroi” sau: „La teme, acum! Nu te apuci de nimic altceva.”

Am o prietenă care s-a întors acasă de la școală în mijlocul zilei cu un cucui uriaș în frunte după ce căzuse la ora de sport. Asta era pe vremea când aveai voie să te duci acasă de unul singur după un astfel de eveniment. Mama ei era ocupată să spele podeaua bucătăriei când prietena mea apare în cadrul ușii. Mama se uită la ea, ridică o sprânceană și zice: „Nu intra încălțată. Tocmai am spălat pe jos.”

Cum să-și dea seama acești copii că sunt iubiți? La urma urmelor, părinții lor îi salută mai călduros pe cățel, pe bunici, pe prietenii copiilor, chiar și pe poștaş^{*}.

Alți părinți obișnuiesc să-și ignore copiii atunci când intră, de parcă ar face parte din mobilă. Asta e la fel de grav, de vreme ce a nu le acorda copiilor niciun pic de atenție este cam același lucru cu a le acorda atenție negativă (ăsta e un eufemism pentru „a țipa la ei”).

^{*} Nu intenționez să-l jignesc pe poștaş. De fapt, avem doi poștași pe care chiar mă pot baza, în sensul că-mi încep ziua cu un salut prietenesc din partea lor. Sunt cunoscuți sub numele de „Viermele” (totdeauna își face apariția devreme) și „Larva”, deși acest lucru nu are legătură cu aspectul lor.

În zilele lucrătoare, toată lumea este grăbită la ora micului dejun. Dar cât timp îți trebuie ca să fii prietenos?

Și sincer, orice îi poate face pe cei mici mai puțin îmbufnați în timp ce tu încerci să le descâlcești părul sau să le îndeși pe gât încă o îmbrăătură merită orice efort, nu-i așa?

Cât de greu poate să fie să le oferi un zâmbet, poate și o îmbrățișare (dacă n-au ajuns încă la vârsta la care nu te mai lasă să-i îmbrățișezi)? E un lucru atât de mic, dar înseamnă atât de mult pentru puștii tăi. Lor le e de ajuns să știe că te bucuri că-i vezi.

CÂT DE GREU POATE SĂ FIE
SĂ LE OFERI UN ZÂMBET,
POATE ȘI O ÎMBRĂȚIȘARE?

Și dacă pantofiorii lor sunt din cale-afară de murdari și tu tocmai ai spălat pe jos (am putea să ne întrebăm de ce te-ai mai obosit, din moment ce așteptai din clipă-n clipă să intre copiii cu pantofiorii murdari), poți să folosești umorul pentru a-i opri la intrare și apoi îi poți recompensa pentru cooperare cu îmbrățișări și cu pupici.

Tratează-ți copiii cu respect

Cunosc o mamă care comunică cu copiii ei numai prin instrucțiuni: „Mănâncă”, „Treci în mașină”, „Spală-te pe dinți”. Acum câteva zile am auzit-o plângându-se apropo de cât de greu îi este să-i determine pe copiii ei să spună „te rog” și „mulțumesc”. Păi da, tu și cu mine știm care e problema ei, dar uite că ea nu știe.

Însă ai grijă! E de speriat cât de ușor poți greși. Copiii trebuie să facă ce le ceri, pe când adulții nu. Așa că pe adulți îi rogi frumos, dar copiilor le spui ce au de făcut. Problema e că puștii nu percep lucrurile așa. Ei nu observă cum vorbești cu cei din jur (doar știi că nu sunt niciodată atenți). Ei îți vorbesc așa cum le vorbești tu lor. Simplu.

Întotdeauna copiii vor fi mai atenți la ceea ce faci decât la ceea ce spui. Așa că nu-i poți învinovăți pentru că sar peste amabilități dacă așa faci și tu. De fapt, ar trebui să-i feliciți pentru că-ți urmează exemplul.

Bineînțeles, copiii tăi merită respect pur și simplu pentru că sunt oameni. Dar mai mult decât atât, dacă tu nu-i respecti, la rândul lor nu te vor respecta. Stai liniștit, faptul că le vorbești frumos nu-ți va submina autoritatea. Copiii vor înțelege repede că „Te rog spală-te pe dinți” sau „Ești drăguț să pui masa?” sună ca o rugămintă, dar de fapt n-au de ales. Nu faci decât să-i înveți să se poarte frumos în cel mai eficient mod posibil – prin demonstrație.

BINEÎNȚELEȘ, COPIII TĂI
MERITĂ RESPECT PUR ȘI SIMPLU
PENTRU CĂ SUNT OAMENI.

Și nu numai bunele maniere trebuie să le învețe prin puterea exemplului. Nu-ți încălca niciodată promisiunile, nu-i minți niciodată (Moș Crăciun nu se pune) și nu înjura niciodată în fața lor dacă nu vrei să te copieze. Altfel, practic le spui copiilor tăi clar și răspicat că ei sunt mai puțin importanți pentru tine decât alți oameni și că ei nu contează pentru tine. Acum, noi știm că asta nu e adevărat. Dar e important ca și copiii tăi să știe.

Dacă-ți iubești copiii mai mult decât pe oricine altcineva (poate cu excepția partenerului tău), atunci ei au dreptul la respectul tău mai mult decât oricine altcineva, nu mai puțin. Astfel, vor învăța să-i trateze și pe ceilalți cu respect. Și uite-așa se va rezolva și problema cu „copiii din ziua de azi”.

Simte-te bine în compania lor

Dacă te-ai înverzit puțin când ai citit Regula asta, te înțeleg. Eu voi fi primul care să admită că treaba asta poate fi dură. Dar nu-i așa că sunt și momente când n-ai chef de relaxare – filmul tău favorit sau puțină muzică sau niște ciocolată*?

Nu intra-n panică. Regula asta nu presupune să fii dispus să-ți petreci tot timpul cu copiii. Vreau doar să spun că atunci când ești cu ei – în weekend-uri, în vacanțe, când le citești seara înainte de culcare – e important să te simți bine în compania lor.

Și de ce nu te-ai simți bine? Poate pentru că te gândești mereu la ce altceva ai putea face sau la lista nesfârșită de treburi casnice care te așteaptă în timp ce tu asculți intriga episodului de ieri din *Familia Simpson* repovestită (fără pic de savoare). Sau poate pentru că îți faci griji că supa de legume va da în foc, sau recapitulezi mintal prezentarea pe care o vei susține mâine la serviciu.

Oprește-te! Tocmai te ocupi de cea mai importantă sarcină de pe lista ta de îndatoriri – te bucuri de compania copilului tău. Nu te mai gândi la nimic altceva și concentrează-te cu adevărat asupra lui, asupra a ceea ce spune și face.

* Bine, bine, scoatem din listă ciocolata.

Recunoaște că asta e la fel de important ca schimbatul scutecului, sau pregătirea cinei, sau revizuirea prezentării. Așa că poartă o conversație normală cu el. Dacă puștiul îți spune: „Ghici ce-am făcut? Am omorât 17 balauri”, nu mormăi: „Oau”. Încearcă ceva gen: „Ooo, asta înseamnă că ai rămas fără săgeți?”

Secretul pentru a te simți bine în compania copiilor este să te concentrezi asupra timpului petrecut cu ei ca asupra unui obiectiv în sine. OK, nu-ți face nicio plăcere s-o îmbraci pe Barbie succesiv în 14 ținute de seară sau să discuți despre fiecare echipă de fotbal din Ligă, sau să asculți relatarea cadru cu cadru a unei bătălii imaginare între forțele luminii și un batalion de extraterestri invadatori. Nici nu trebuie. Toate astea sunt doar mijlocul de a atinge un scop. Și scopul este acela de a petrece timp cu copilul tău, de a înțelege cum vede el lumea și ce-l amuză, supără, rănește, distrează, fascinează, plictisește și intrigă.

SECRETUL PENTRU A TE SIMȚI
BINE ÎN COMPANIA COPIILOR
ESTE SĂ TE CONCENTREZI
ASUPRA TIMPULUI PETRECUT
CU EI CA ASUPRA UNUI
OBIECTIV ÎN SINE.

Odată ce ai învățat să te oprești și să te simți bine, îți va plăcea din ce în ce mai mult să petreci timp cu copiii tăi și chiar vei începe să înveți de la ei. Și dacă simți că te descurci bine, vei fi mai înțelegător cu tine însuți în rarele ocazii când chiar nu mai faci față unei jumătăți de oră de *My Little Pony*.

Să fii ordonat nu e atât de important pe cât crezi

Când am întâlnit-o prima dată pe soția mea (evident că la momentul respectiv nu era soția mea), mi-amintesc că am fost oarecum intimidat de casa ei. Țin minte și acum mese cu aproape nimic pe ele, suprafețe de lucru imaculate, porțiuni mari de podea strălucitoare, fără cea mai mică pată. Puteai lua în mână orice obiect din casa soției mele și dac-o întrebai unde e locul lui, îți spunea cu precizie. Da, toate lucrurile – absolut toate – aveau locul lor.

Acesta era un concept relativ nou pentru mine, te asigur. Am făcut parte întotdeauna din curentul lasă-l-să-ți-cadă-pe-jos-și-nu-te-mai-gânde-nicio-clipă-la-el. Trebuie să-ți mărturisesc că, atunci când ne-am decis să avem copii, mi-am făcut griji pentru felul în care soția mea va face față. Știam că stilul ei de a întreține casa nu era compatibil cu genul relaxat de copii pe care amândoi ni-i doream*.

La momentul potrivit s-a adaptat admirabil, așa cum fac mulți părinți. Dar nu toți.

Unii persistă, precum Knut,** în a încerca să rețină valul de miserie, dezordine, praf, cărți, jucării, debandadă și dezorganizare

* Trebuie să spun în apărarea soției mele că, în ciuda obsesiei ei pentru ordine, nu călca niciodată nimic, iar aspiratorul era pentru ea doar o cunoștință îndepărtată.

care vine la pachet cu copiii. Plus acea categorie de obiecte pe care nu le poți arunca pentru că habar n-ai la ce folosesc, deci nicio speranță să-ți dai seama unde ar putea fi locul lor.

Aici ai doar două opțiuni. Opțiunea unu e să-ți ieși din minți încercând cu disperare imposibilul, și anume să păstrezi casa ordonată, în timp ce copiii tăi se transformă în niște pseudo-adulți crispați și artificiali, care n-au voie să se comporte natural și care nu intră niciodată încălțați în casă. Opțiunea doi este să cedezi, să te relaxezi, să le permiți copiilor tăi să fie copii și să ai o casă fericită cu copii liniștiți și calmi în ciuda podelei uneori plină de noroi sau a camerei dezordonate. Cred că amândoi știm care este opțiunea adoptată de un *Părinte*.

Nu spun că puștii nu trebuie să facă niciodată curat. Dar lasă-i să se simtă bine mai întâi și abia pe urmă să facă ordine. Nu contează dacă masa de bucătărie e plină de urme de degețele sau dacă pantalonașii cei noi sunt plini de noroi. Se spală. Dar *contează* dacă nu li se permite să se distreze și să se relaxeze.

NU SPUN CĂ PUȘTII NU TREBUIE
SĂ FACĂ NICIODATĂ CURAT.
DAR LASĂ-I SĂ SE SIMTĂ BINE
MAI ÎNTÂI ȘI ABIA PE URMĂ
SĂ FACĂ ORDINE.

*** Te rog, nu te obosi să-mi explici că nu asta încerca Knut să facă. Știu că nu vroia decât să illustreze o idee. Și exact asta încerc și eu să fac. (Knut cel Mare a fost rege al Angliei, Danemarcei, Norvegiei și al unei părți a Suediei între 1016 și 1035. Legenda spune că regele Knut și-a așezat tronul pe plajă la începutul mării și a poruncit valurilor să nu se mai apropie. Cum valurile nu l-au ascultat, Knut a dovedit curtenilor săi faptul că regele are puteri limitate.*

Să fii un bun părinte înseamnă să-ți asumi riscuri calculate

Când eram adolescent, fratele meu mai mic – avea cam 8 ani – s-a urcat într-un copac înalt din grădină. Ajunsese aproximativ la înălțimea acoperișului casei când creanga pe care stătea a cedat. S-a apucat de o creangă de deasupra lui cu ambele mâini și a rămas atârnat la vreo 25 de picioare deasupra pământului (dacă gândești doar în sistemul metric, te asigur că e o distanță mare). Deloc surprinzător, a început să răcnească din toate puterile.

Mama a ieșit în grădină să vadă care era necazul. Probabil că stomacul i s-a făcut ghem când l-a văzut pe frate-meu așa de sus și așa de nesigur, dar n-a arătat absolut nimic. Pur și simplu l-a ghidat cu calm și siguranță: „E-n regulă, e un ciot mititel cam la 8 cm de piciorul tău stâng. Acela. Acum mișcă-ți mâna dreaptă în jos către creanga aceea...” și așa mai departe, până când l-a văzut teafăr pe pământ.

Poate te gândești că mama i-a interzis să se mai cațere în copaci după acea întâmplare, cel puțin pentru câțiva ani, dar n-a făcut-o. A înțeles că fratele meu a învățat o lecție utilă.

Deci, care e morala? Ei bine, copiilor trebuie să li se permită să învețe propriile lecții, să facă propriile greșeli, să se dea cu capul de pragul de sus. Dacă nu-și asumă niciodată riscuri, nu învață niciodată. Oamenii care nu fac greșeli nu fac nimic. Asta înseamnă că și tu trebuie să-ți asumi riscuri. Ca *Părinte*, trebuie să-i lași pe copii să se cațere în copaci și să plece în prima lor drumeție cu rucsacul în spate.

Bineînțeles, tu ești cel care trebuie să calculeze riscul. Uneori miza va fi prea mare și vei spune nu. Dar nu poți să iei tot timpul decizii presupunând că se va întâmpla cel mai rău lucru posibil. Dacă faci așa, o să spui întotdeauna „nu” din start, pentru că nimic nu este 100% sigur. În concluzie, copiii tăi nu vor învăța nimic și nu vor fi pregătiți să ia decizii bune atunci când vor pleca de lângă tine. Și în cazul ăsta tu nu ți-ai făcut treaba cum se cuvine.

NU POȚI SĂ IEI TOT TIMPUL
DECIZII PRESUPUNÂND
CĂ SE VA ÎNTÂMPLA
CEL MAI RĂU LUCRU POSIBIL.

Așa că asumă-ți riscuri. Și evident, dacă-ți asumi riscuri, unele lucruri vor merge prost. S-ar putea ca puștiul tău să se aleagă cu o încheietură fracturată sau cu o notă mică la examen. Dar, hei, a învățat atât de mult din experiența asta. Alternativa este absolut niciun risc, ceea ce-i va aduce mult mai multe neajunsuri pe termen lung.

Păstrează-ți grijile pentru tine

E clar că vei fi îngrijorat atunci când copiii tăi își vor asuma riscuri. Îți va fi teamă pentru ei când se vor cățăra în copaci, când vor învăța să conducă și când vor pleca în vacanță fără tine. De fapt, chiar și când nu-ți asumi riscuri te temi. Îți faci probleme când nu sunt sub privirile tale pentru prima dată, când încep școala, când dorm prima dată la prieteni, când îi vezi îmbujorați și febra nu le scade, când dau examene.

Ceea ce trebuie să ții minte este faptul că nu ești singurul îngrijorat. Copiii tăi se tem și ei. Puștiul tău poate fi îngrozit de gândul că va începe școala, adolescentul tău poate fi incredibil de agitat la gândul că va pleca în vacanță, dar sunt hotărâți să meargă mai departe.

CEEA CE TREBUIE
SĂ ȚII MINTE ESTE FAPTUL CĂ
NU EȘTI SINGURUL ÎNGRIJORAT.
COPIII TĂI SE TEM ȘI EI.

Rolul tău este să-i liniștești. Dă-le încredere pentru a merge mai departe. Fă-i să simtă că totul e în regulă. E un chin, nu-i așa? Iată-te, amorțit de frică și cu stomacul strâns de emoție, și trebuie să zâmbești liniștitor și să te prefaci că totul e în regulă. Mda, mi-e teamă că asta ai de făcut. E greu, dar cineva trebuie s-o facă. Și acel cineva ești tu.

Singura ta consolare este că poți să te duci și să împarți grijile cu alți adulți. Poate cu partenerul. Sau, și mai bine, cu părinții. Pentru că, da, chiar și la vârsta ta, rolul lor este încă acela de a te liniști spunându-ți că totul va fi bine când ești înspăimântat.

Și pentru că veni vorba, încearcă să nu mai spui: „Fii atent!” de fiecare dată când copilul iese pe ușă. Nu numai că asta implică o lipsă de încredere în el, dar un copil căruia i se spune să „fie atent” când cară un obiect fragil este mult mai probabil să scape obiectul decât dacă nu i s-ar fi spus nimic. „Fii atent” poate determina copilul să-și imagineze că ceva va merge prost. Un *Părinte* va spune „Distracție plăcută!” sau „Petrecere frumoasă!” Și tu ești acum un *Părinte*, bineînțeles.

Privește lucrurile din punctul lor de vedere

Toți copiii au o uriașă și veșnică nemulțumire. Sunt convinși că noi, adulții, nu prea ținem cont de sentimentele lor, doar pentru că sunt copii. Consideră că-i ignorăm, că le neglijăm dorințele, că nu ne pasă dacă deciziile noastre îi necăjesc. Și știi ceva? Au perfectă dreptate.

Cu toții facem greșeala asta. Nu tot timpul, bineînțeles, dar o facem mult prea des. Eu unul fac această greșală și n-am întâlnit încă un părinte care să n-o facă. Ne spunem nouă înșine (asta dacă ne gândim vreun pic la acest subiect) că noi știm mai bine ce e bine pentru copiii noștri. Uneori e adevărat, dar nu întotdeauna.

Până la un punct este de neevitat. Vreau să spun că majoritatea copiilor vor să se culce mai târziu decât e bine pentru ei. Majoritatea ar vrea să trăiască exclusiv cu înghețată și ciocolată și ar vrea să tragă chiulul de la școală următorii 11 ani și, în loc de ore, să meargă la plajă. Bun, noi știm că asta nu e o idee prea bună și trebuie să-i determinăm să facă ce vrem noi, ceea ce nu înseamnă că nu putem vedea lucrurile din punctul lor de vedere. De fapt, am vrea bănuială că, lăsați să se descurce singuri, majoritatea copiilor s-ar comporta destul de curând mult mai rezonabil decât credem noi că ar fi în stare.

Copiii văd deseori lumea altfel decât o vedem noi. Alteori o văd la fel, dar noi nu ne gândim deloc la perspectiva lor. Oricum ar fi, devin tare dificili când cred că-i ignorăm (lucru perfect de înțeles, după părerea mea). Este ceva ce ține de Regula 14 – Tratează-i cu respect. E important ca ei să știe că tu le cunoști punctul de vedere. (Iar dacă n-ai habar care e acesta, sunt sigur că e suficient să-i întrebi și te vor pune la curent.)

COPIII DEVIN TARE DIFICILI
CÂND CRED CĂ-I IGNORĂM.

Acum câteva zile eram pe punctul de a ieși cu copiii, și unul dintre ei se uita la televizor. Așa că i-am spus să-l închidă și să se urce în mașină. S-a înfuriat. I-am spus ferm că trebuie să luăm pe cineva de la gară și că asta e mult mai important decât televizorul. Ne-am contrazis. Amândoi ne-am înfierbântat. M-am întrebat dacă nu cumva există un mod mai înțelept de a proceda.

Apoi mi-am amintit de Regula 19. Așa că l-am rugat pe băiat să-mi spună care e problema. Mi-a explicat că e programul lui favorit și că-l pierduse ultimele două săptămâni. I-am dat dreptate și m-am oferit să i-l înregistrez. Problemă rezolvată. Și de fapt n-avea nicio legătură cu programul în sine, problema s-a rezolvat pentru că puștiul meu a simțit că-mi pasă de sentimentele lui. Ar fi fost și mai bine dacă mi-aș fi amintit mai devreme de Regula 19 – dar eram prea ocupat să urmez Regula 2 (Nimeni nu-i perfect). Ei, asta-i scuza mea.

A fi părinte nu e o competiție

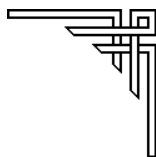
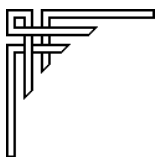
Vorbeam acum câteva zile cu o mămică despre obiceiurile alimentare ale copiilor noștri. Eu am comentat faptul că ai mei ar ciuguli non-stop napolitane și biscuiți dacă i-am ține în casă (motiv pentru care preferăm să stea mai mult afară). „Oh, eu sunt norocoasă”, zice vecină-mea, „ai mei preferă fructele și legumele crude.” Acum, dacă iau în calcul modul în care puștii ei au dat iama în biscuiții cu care i-am tratat deunăzi, mă îndoiesc că e vreun strop de adevăr în declarația de mai sus. Dar ideea e că aceasta este o declarație competitivă clasică, menită pur și simplu să ne poziționeze pe mine și pe copiii mei undeva jos, și prin asta să-i înalțe pe ea și pe copiii ei.

Unul dintre exemplele clasice de competiție între părinți este făcutul la oliță. Știu părinți care au început să-și pună bebelușii pe oliță încă de la câteva luni, doar-doar le-or lua-o înainte copiilor prietenilor lor. Sau i-au ridicat pe bieții bebeluși în picioare străduindu-se să-i facă să meargă cât mai devreme. Sau se laudă în stânga și-n dreapta despre cât de tari sunt copiii lor la sport sau la muzică, sau la examene. Dar cei mai necinstiți părinți competitivi sunt aceia care nici măcar nu se laudă pe față, ci ambalează lauda într-un alt fel de remarcă – gen: „Sunt norocoasă, copiii mei preferă să mănânce fructe decât biscuiți.” (bineînțeles că tu nu trebuie să crezi nici pentru o secundă că asta are ceva de-a face cu norocul).

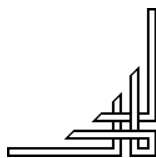
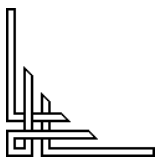
Noi, *Părinții*, nu jucăm jocul ăsta competitiv. Noi avem suficientă încredere în propriile noastre abilități – și ne acceptăm suficient de relaxați imperfecțiunile – încât să-i lăsăm pe copii să evolueze în ritmul lor. Vezi tu, nu numai că părinții competitivi au rareori prieteni adevărați (cu copii); dar, de obicei, copiii lor, din cauza presiunii la care sunt supuși, se simt datori să se descurce din ce în ce mai bine, astfel încât părinții să se poată lăuda mai departe cu ei. Bieții copii ajung să creadă că nu pot obține aprobarea părinților decât dacă-și întrec prietenii în tot ce fac. Probabil vor crește excesiv de competitivi, ceea ce le va distruge relațiile cu prietenii, ca să nu mai vorbim de frați. Sunt o grămadă de oportunități în care copiii pot învăța să fie competitivi în mod sănătos (atât cât trebuie, nu mai mult), fără să le impui o competiție permanentă, nesănătoasă, care să se întoarcă împotriva lor.

Părinții competitivi sunt de fapt încordați, crispați și nesiguri pe calitățile lor. De aceea simt nevoia de a te poziționa pe tine undeva jos, astfel încât să se simtă ei mai sus. Așa că nu te enerva. Com-pătimește-i. Asta chiar că îi va scoate din pepeni.

SUNT O GRĂMADĂ DE
OPORTUNITĂȚI
ÎN CARE COPIII POT ÎNVĂȚA
SĂ FIE COMPETITIVI
ÎN MOD SĂNĂTOS.



REGULI DE ZI CU ZI



Sigur, e foarte bine să ai principii generale virtuozose cu ajutorul cărora să-ți crești copiii, dar cea mai mare parte a muncii de a fi părinte o reprezintă truda de zi cu zi de a-i trezi, de a-i îmbrăca, de a le schimba scutecele, de a-i pregăti pentru școală, de a-i convinge să mănânce ceva cât de cât sănătos, de a te contrazice cu privire la ora de culcare sau de a dezbate dacă le vei cumpăra sau nu perechea de încălțări noi pe care au pus ochii.

Așa că presupun că ceea ce îți trebuie de fapt sunt câteva Reguli utile pentru truda asta de zi cu zi, niște Reguli care să facă interacțiunile zilnice mai ușoare și mai plăcute și care să transforme faptul de a avea copii în distracția care ai sperat că va fi.

Acestea sunt Regulile care asigură transformarea copiilor tăi în adulții inteligenți, curioși, amabili la care sperai. Cel puțin într-o zi bună...

Lasă-i să se descurce singuri

Nu vreau să te sperii, dar până când puștiul tău face 18 ani – dacă nu mai devreme – el trebuie să devină un adult pe deplin funcțional, înțelept și capabil să ia propriile decizii, să-și facă proprii prieteni, să aibă propria viață, să-și facă singur patul și să se descurce singur prin București cu metroul. Și da, atunci vei putea spune că munca ta a luat sfârșit.

Dacă încă îți mai hrănești copilul de 4 ani sau dacă îi faci tu ghiozdanul pentru a doua zi când el are 14 ani, o să se lupte pentru a supraviețui când va fi singur. Așa că nu mai face nimic în locul lui dacă poate face singur lucrul respectiv. Și nu mă refer doar la ordinea din camera lui sau la făcutul lecțiilor (personal, am senzația că de pe la 8 ani copiii mei își fac temele mai bine decât aș face-o eu pentru ei). Lasă-ți copiii să pregătească din când în când masa pentru toată familia de pe la 10 ani, chiar dacă vor alege să gătească fasole cu pâine prăjită. Lasă-i să pună uneori rufe la spălat, să-și pună singuri ceasul să sune pentru a doua zi, să-și facă singuri bagajul pentru vacanță.

Dar nici asta nu este lucrul cel mai important. O, nu! Au mare nevoie de alte două abilități, pe care ar fi bine să le învețe cât mai devreme: abilitatea de a-și gestiona banii și abilitatea de a lua singuri decizii.

Vezi, dacă tu le controlezi toți banii și le dai doar câte puțin de cheltuială, nu învață nimic. Mult mai bine ar fi ca, pe măsură ce cresc, să le dai responsabilitatea gestionării unor bani pentru haine, de exemplu, sau să le dai un minimum de bani de buzunar și să-i convingi să câștige singuri dacă vor și alții. Am un prieten care este ca o „bancă” pentru copiii lui – le dă o dobândă generoasă la economii astfel încât ei preferă să economisească decât să cheltuiască. Sunt o mulțime de moduri în care poți să-i înveți pe cei mici să-și gestioneze banii. Important e să le găsești pe acelea care se potrivesc cel mai bine ție și copiilor tăi.

Și, bineînțeles, trebuie să-ți înveți copiii să ia decizii pentru ei înșiși. De la hainele cu care să se îmbrace azi, dacă au 2 ani, până la materiile la care să dea examen, trebuie să învețe să-și planifice viața. Asta înseamnă inclusiv să simtă consecințele luării unor decizii greșite, deci nu te băga atunci când îi vezi că sunt pe cale să facă o greșeală. Bineînțeles că poți să dai sugestii și sfaturi – deși pe măsură ce cresc va trebui să aștepti să fii întrebat – dar fără presiune, da? Este viața lor. Gândește-te că numeri anii/lunile până la data când împlinesc 18 ani și după aceea sunt pe cont propriu...

TREBUIE SĂ ÎNVEȚE
SĂ-ȘI PLANIFICE VIAȚA.
ASTA ÎNSEAMNĂ INCLUSIV
SĂ SIMTĂ CONSECINȚELE
LUĂRII UNOR DECIZII GREȘITE.

Învăță-i să gândească pentru ei înșiși

Nu numai că puștii tăi trebuie să ia propriile lor decizii (Regula 21), dar trebuie să fie capabili să gândească pentru ei înșiși. Dacă fiul tău te contrazice, deși este frustrant, cel puțin arată că gândește independent. Și asta este exact ceea ce dorești (mda, e posibil să nu simți că vrei asta chiar acum).

Cu ceva vreme în urmă eram cu o prietenă al cărei copil de 5 ani era intenționat agasant, așa cum știu să fie copiii de 5 ani. Prietena mea s-a enervat și-a certat-o, iar fetița s-a supărat. Am fost plăcut impresionat când am auzit-o pe prietena mea întrebându-și fiica: „De ce crezi că m-am supărat pe tine?” Fetița s-a gândit un pic, apoi a mormăit: „Pentru că nu m-am oprit când mi-ai spus să mă opresc.” Probabil că nu s-ar fi gândit nicio clipă la motivul pentru care s-a supărat mama ei dacă n-ar fi fost întrebată. Dar mama o învăța să gândească.

Prietena mea a folosit singura tehnică utilă pentru a-i învăța pe copii să gândească: aceea de a le pune întrebări. Nu contează cu adevărat dacă-i întrebi de ce preferă fotbalul gimnasticii sau care cred ei că este cea mai bună metodă de a hrăni 100 de oameni la o nuntă, sau cum am putea reduce efectele încălzirii globale, sau dacă

ei consideră că politica americană în Orientul Mijlociu este corectă (poate totuși o păstrezi pe asta pentru când vor fi mai măricei). Trebuie doar să-i determini să gândească.

Și pune-le la încercare judecata. Nu în mod agresiv, dar întreabă-i: „De ce crezi asta?” La 2 ani poți să-i întrebi de ce cred ei că latră câțelul. La 12 ani îi poți întreba dacă prețul mare al unor haine de firmă se justifică. (Și dacă nu, atunci de ce se așteaptă ca tu să plătești atât de mult pentru o haină. Ah – Regula 21 – dă-le pe mână o sumă de bani din care să-și cumpere haine).

LA 2 ANI POȚI SĂ-I ÎNTREBI
DE CE CRED EI
CĂ LATRĂ CĂȚELUL.
LA 12 ANI ÎI POȚI ÎNTREBA
DACĂ PREȚUL MARE
AL UNOR HAINE DE FIRMĂ
SE JUSTIFICĂ.

Continuă să-i provoci și să le pui întrebări. Determină-i să dezbată și să contrazică, și să justifice, și să pună întrebări. Iar din momentul în care vor face toate astea instinctiv, fără ca tu să trebuiască să-i provoci cu întrebări, vei ști că stăpânești Regula 22.

Folosește laudele înțelept

Felicitări! Ai reușit să ajungi la Regula 23. Ești la aproape un sfert din drumul către a fi un *Părinte* cu normă întreagă.

Sper că asta te-a încurajat – asta e scopul laudelor. Și noi, *Părinții*, știm că dacă ne facem treaba bine, laudele noastre vor fi unele dintre cele mai motivante lucruri pentru copiii noștri. N-ai lăsa să treacă ziua lor de naștere fără să le faci un cadou, așa că nu lăsa nici realizările lor să treacă fără să-i lauzi.

Da, dar nu-i așa de simplu, nu? Câți părinți cunoști care nu știu să folosească laudele? Trebuie să lauzi cât trebuie, cum trebuie, pentru ceea ce trebuie.

Expresia „Un lucru bun nu-i niciodată destul” categoric nu se aplică în cazul laudelor. Nu înseamnă că trebuie să fii zgârcit, dar e mai bine să lauzi proporțional cu realizările copilului. Dacă îl lauzi prea mult și prea des, moneda se devalorizează. Dacă-i spui că este extraordinar și nemaipomenit când face ceva mai degrabă mediocru, ce-o să-i mai spui când face ceva cu adevărat deosebit? Și dacă fiecare lucru mic care-i reușește este recompensat cu laude mărețe, atunci copilul o să fie terifiat de gândul că te va dezamăgi. Copiii nu merită genul ăsta de presiune.

Te-ai gândit vreodată la motivele pentru care îți lauzi copiii? Dacă-i lauzi întotdeauna pentru rezultatele obținute la școală, dar

niciodată pentru că s-au comportat frumos, ce le comunică asta despre valorile tale? Ești tentat să-i lauzi mai mult pentru că au câștigat decât pentru că s-au străduit? Nu, bineînțeles că nu, doar ești un adevărat *Părinte*. Dar mulți alți părinți fac asta.

Și o mulțime de părinți uită să-și laude copiii pentru că s-au comportat frumos, deoarece consideră că „așa e firesc”. O fi firesc, dar copiii chiar vor să audă că ai observat cât de buni au fost: „Bravo, am observat că nu te-ai scobit în nas în fața mătușii Mariana” sau: „Cred că ești tare obosită, dar văd că reușești să nu te plângi. Asta e minunat.” Așa îi vei convinge să se poarte frumos și data viitoare.

Acum, un ultim lucru despre laude și pe urmă poți spune că stăpânești și Regula asta. Care dintre următoarele laude crezi că i-ar face mai mare plăcere unui copil? „Ce desen drăguț!” sau „Ce desen drăguț – îmi place mult felul în care ai reușit să faci calul să pară că se mișcă. Cum ai făcut?” Exact – fii specific atunci când lauzi și dacă se poate, pune și întrebări. Asta chiar îi va face să strălucească de mândrie.

EȘTI TENTAT SĂ-I LAUZI
MAI MULT PENTRU CĂ
AU CÂȘTIGAT DECÂT PENTRU
CĂ S-AU STRĂDUIT?
NU, BINEÎNȚELES CĂ NU, DOAR
EȘTI UN ADEVĂRAT *PĂRINTE*.

Respectă valoarea limitelor

Acum câțiva ani vorbeam cu o vecină în timp ce copilul ei de 4 ani a sărit pe gardul care-i înconjură grădina și a început să alerge pe el. Poate că nu sună atât de grav, dar de cealaltă parte a gardului era un gol de 4,5 metri până la o parcare de beton aflată dedesubt. Probabil că arătam îngrozit întrucât vecina mi-a sesizat reacția și a spus: „Știu. I-am spus de o mie de ori să nu se mai urce, dar pur și simplu mă ignoră. Ce pot să fac?” Am fost atât de șocat încât nu i-am răspuns. (Oricum, chiar dacă i-aș fi răspuns, probabil că pur și simplu m-ar fi ignorat.)

Știi la fel de bine ca mine că răspunsul la întrebarea ei este: „Spune-i NU și vorbește serios.” Este un exemplu elocvent despre cum copiii au nevoie de limite – în acest caz pentru siguranța bietului băiețel. De fapt, acest copil a fost un exemplu tipic de ce se poate întâmpla când nu le fixezi copiilor limite clare. În cartier, băiețelului i se spunea „sălbaticul” (atunci când familia lui nu era de față) din cauza felului său de-a fi. În permanență forța pentru a vedea cât de departe poate merge și, aparent, nu existau limite.

„Sălbaticul” se purta îngrozitor, avea foarte puțini prieteni și probabil credea că părinților lui nu le pasă de el nici cât negru sub unghie. La urma urmelor, dacă le-ar fi păsat, i-ar fi dat voie să alerge pe un gard situat la 4,5 metri înălțime? I-ar fi permis să se poarte așa cum vrea, fără să-i dea atenție, indiferent ce-ar fi făcut?

Lumea înconjurătoare poate fi înspăimântătoare când ești copil. De multe ori, aceasta se dovedește înspăimântătoare și când ești adult. Cel mai bun lucru pentru siguranța unui copil este să-i fie fixat un set de reguli și limite clare. Evident, copiii vor testa limitele în mod constant, mai ales când sunt mici, nu pentru că ar vrea să le depășească, ci pentru că vor *să se asigure că limitele nu s-au mișcat*. Rolul tău este să le comunicii cât mai clar care sunt aceste limite și să te asiguri că ele rămân neschimbate în timp. Așa că vei spune „nu” ori de câte ori copilul se va urca pe gard și, dacă va fi cazul, îl vei da jos pentru a-i arăta că vorbești serios și pentru a întări regula. În felul ăsta vei avea un copil încrezător, fericit și în siguranță, care va ști exact ce are de făcut, va învăța despre lumea din jurul lui (pentru că aceasta nu va fi mereu schimbătoare) și care va ști că-l iubești.

Și, apropo, asta vă privește pe amândoi (dacă nu ești părinte singur). N-ați rezolvat nimic dacă un părinte întărește regulile, și celălalt nu – asta nu face decât să genereze confuzie în mintea copiilor. Trebuie să jucați amândoi rolul polițistului dur (mai multe despre asta la Regula 31). Nu contează dacă un detaliu variază (poate Tati îi lasă mereu să stea la el în brațe în timp ce le citește povești, în timp ce lui Mami îi place să-i vadă ghemuiți sub păturică). Dar pentru toate Regulile importante, amândoi trebuie să întăriți limitele dacă vă doriți copii fericiți și încrezători.

AMÂNDOI TREBUIE
SĂ ÎNTĂRIȚI LIMITELE
DACĂ VĂ DORIȚI
COPII FERICIȚI ȘI ÎNCREZĂTORI.

Mita nu este neapărat un lucru rău

Mamăă, ce reputație proastă are mita printre părinți... Este considerată a fi unul dintre cele mai rele lucruri pe care le poți face în calitate de părinte. Dar stai o clipă – hai mai întâi să definim mita, vrei? Să presupunem că puștiul tău este îngrozitor de obraznic, și tu îi spui că o să-i dai 10 lei dacă tace din gură și se poartă frumos. Ei da – asta, îți garantez, este mită. Evident că nu vom proceda așa.

Dar ce zici despre situația asta? Copilul tău se poartă exemplar *pe moment*, dar suspectezi că n-o să mai dureze mult. Poate urmează să intri cu el într-un magazin sau să-i spui să-și facă lecțiile, să-și facă ordine în cameră, să-și mănânce fructele, să închidă televizorul, să meargă la culcare, sau să facă orice altceva generează de obicei o reacție negativă. Îi spui că o să-l recompensezi cumva dacă se comportă frumos în continuare. Ți se pare că asta e mită?

Mie nu. Și o să-ți spun de ce. Am lucrat un timp în câteva organizații mari. Acolo mi se spunea tot timpul că dacă fac față responsabilității cutare o să fiu promovat, sau că dacă ating targetul cutare o să primesc un bonus. Nu văd diferența. Managerii nu numeau asta mită, ci motivare. Și era considerat un Lucru Bun.

Atâta timp cât oferi recompense *înainte* de a începe comportamentul urât, este o abordare foarte rezonabilă.

Bineînțeles, o să fii atent cu genul de recompense pe care-l oferi. Dacă folosești întotdeauna bani, transmiți copiilor tăi un mesaj deprimant despre modul în care funcționează lucrurile pe lume. Ca să nu mai vorbim că o să sfârșești lefter. Și o să mai fii atent ca recompensa să fie proporțională cu răspunsul pe care-l aștepți. Nu le cumpăra o garderobă nouă drept recompensă pentru că și-au pus pe umerase câteva hăinuțe.

În mod ideal, o să oferi o recompensă care se potrivește perfect solicitării. Dacă se poartă frumos întotdeauna în magazin, după ce faci cumpărăturile o să mergeți în parc. Dacă reușesc să se scoale din pat dimineața fără ca tu să trebuiască să torni o găleată de apă rece peste ei, o să-i lași să se culce seara cu 15 minute mai târziu. Dacă păstrează ordinea în camera lor timp de două luni, o să le mărești „alocația pentru haine”.

ÎN MOD IDEAL,
O SĂ OFERI O RECOMPENSĂ
CARE SE POTRIVEȘTE PERFECT
SOLICITĂRII.

Și nu-i așa că n-ai uitat de cea mai potrivită recompensă dintre toate? Sigur că n-ai uitat. Copiii tăi vor face mult mai multe lucruri gratis dacă vor ști că la sfârșit obțin aprobarea ta. Așa că nu trebuie să concepi câte o duzină de recompense în fiecare zi; de cele mai multe ori, copiii vor fi foarte încântați/impresionați/fericiți să audă: „Aș fi cu adevărat mulțumit dacă ai vrea să...” Și apoi asigură-te că-ți aduci aminte să le spui după aceea cât de încântat/impresionat/fericit ești.

Toanele sunt molipsitoare

Din momentul în care aveți copii deveniți o familie. Nu mai ești un spirit liber, nu mai formați un cuplu intim. Sunteți o familie. Și într-o familie toată lumea interacționează cu toată lumea. Ceea ce înseamnă că toanele fiecăruia îi afectează pe toți ceilalți. E-adevărat, unii oameni reușesc să fie veseli chiar și atunci când toți cei din jurul lor sunt isterici, dar majoritatea trebuie să recunoaștem că toanele noastre se schimbă odată cu toanele celor din jurul nostru.

Ca *Părinte*, trebuie să înțelegi că ești responsabil pentru stările de spirit ale familiei tale. Nu vreau să spun că e vina ta ori de câte ori cineva e nefericit. Încerc doar să spun că dacă vă lăsați cu toții pradă disperării sau dacă începeți cu toții să țipați unul la altul, n-are rost să aștepți ca unul dintre ceilalți să înceteze văicăreala sau urlatul, sau bosumflarea, sau ciorovăiala. Dacă te gândești că ar prinde bine ca cineva să se oprească și să dea un bun exemplu, atunci ar fi bine ca acel cineva să fii chiar tu.

Copiii nu înțeleg că toanele sunt molipsitoare. Lor nici nu le trece prin minte că tu ești așa de iritat tocmai pentru că ei te-au căpiat toată ziua. Sigur, poți să începi să-i înveți despre asta, dar o să treacă ani buni până să poată face ceva. Până atunci, imediat ce-or să se simtă prost se vor purta îngrozitor pentru a te pedepsi, chiar dacă știi că o să te simți și tu la fel. „Acum o să se învețe minte“, vor gândi ei. E nevoie de un adult care să împiedice perpetuarea toanelor proaste. Și asta ești tu, precum am mai spus.

În special unul dintre copiii mei (e mai bine să nu spun care) obișnuia să intre permanent în conflict cu mine când era mai mic. Ceea ce mă scotea din minți era faptul că nu ceda niciodată, nici chiar când îmi pierdeam cumpătul cu el. În cele din urmă, soția mea – alegându-și cu grijă momentul – mi-a dat de înțeles că poate asta are ceva de-a face cu faptul că nici eu nu cedez niciodată. Mi-am dat seama că prin forța exemplului reușisem să-l învăț un mod total nefolositor de a rezolva conflictele.

Mda, nu e neapărat plăcut, dar e adevărat: părinții care țipă la copiii lor vor avea copii care țipă. Părinții care se bosumflă tot timpul îi încurajează pe copii să se bosumfle. Părinții care se plâng toată ziua vor avea probabil copii plângăcioși. Nu chiar tot timpul, dar cu mult mai des decât ar fi în alte condiții. Se mai poate întâmpla și altceva, în funcție de personalitate: copiii pot ajunge în cealaltă extremă și, în loc să fie morocănoși ca tine (de exemplu), se vor supăra foarte tare ori de câte ori cineva din preajma lor va deveni morocănos. Dacă vrei ca puștiul tău să-și gestioneze în mod matur stările de spirit, trebuie să ți le gestionezi în primul rând tu în mod matur pe ale tale. Și, bineînțeles, se poate și mai bine de-atât. Poți să influențezi în bine toanele copilului tău – și modul în care le gestionează. Iar această schimbare va aduce după sine schimbări în bine printre toți membrii familiei tale.

NU E NEAPĂRAT PLĂCUT,
DAR E ADEVĂRAT:
PĂRINȚII CARE ȚIPĂ LA COPIII
LOR VOR AVEA COPII CARE ȚIPĂ.

Le fixezi obiceiurile alimentare pentru toată viața

Nu urmează să-ți spun ce să le dai să mănânce copiilor tăi. Habar n-am. Poate ești vegetarian sau poate ești dependent de gogoși (aș putea înțelege asta), sau poate ai o problemă vizavi de salată. Este treaba ta să decizi cum îți hrănești copiii în mod responsabil și există o mulțime de diete sănătoase din care poți alege, ca și altele în mod evident nesănătoase pe care să le eviți (cum ar fi gogoșile, din păcate).

Dar indiferent de tipul de mâncare cu care-i hrănești, modul în care mănâncă puștii tăi va deveni o obișnuință pe care le va fi foarte greu s-o schimbe, așa că asigură-te că-i înveți cu obiceiuri bune. Altfel spus, cu obiceiuri care le vor permite să se bucure de o viață sănătoasă.

MODUL ÎN CARE MĂNÂNCĂ
PUȘTII TĂI VA DEVENI
O OBIȘNUINȚĂ PE CARE LE VA FI
FOARTE GREU S-O SCHIMBE.

Eu am crescut într-o perioadă în care obiceiurile alimentare erau foarte diferite de cele de azi. Generația mamei mele trăise un război, trecuse prin raționalizare, și obezitatea era lucru rar. Drept urmare, multe dintre obiceiurile care mi-au fost insuflate î se păreau firești mamei, dar nu și mie.

De exemplu, mi se cerea să mănânc totul din farfurie. N-aveam voie să mă ridic de la masă până nu-mi terminam porția. Totul era în regulă când eram mic, și porțiile erau și ele mici, dar pe măsură ce creșteam era din ce în ce mai rău pentru greutatea mea. Chiar și atunci când voiam cu adevărat să slăbesc, îmi era aproape imposibil să las mâncare în farfurie. Acum copiii mei trebuie să mănânce atât cât le trebuie, iar dacă au în farfurie mai mult decât pot mânca, nu-i nicio problemă dacă le rămâne.

Iată un alt exemplu. Când eram copil nu primeam budincă până când nu terminam felul principal. Ce m-a învățat asta? Că budinca (cea plină de zahăr și nesănătoasă) este scopul, iar mâncarea este doar purgatoriul prin care trebuie să treci pentru a ajunge la țelul tău cel dulce și lipicios. Îți spun cu mâna pe inimă că nici asta nu m-a ajutat prea mult în a-mi menține o greutate optimă. Cum procedez cu copiii mei? Aproape niciodată nu mâncăm budincă, cu excepția cazurilor când avem musafiri, și, bineînțeles, copiii nu trebuie neapărat să termine felul principal pentru a căpăta budinca.

Sau, alt exemplu: mama obișnuia să-mi dea un dulce când mă răneam sau ca răsplată când mă purtam foarte frumos. Asta e altă obișnuință care atârână și azi de gâtul meu ca o piatră de moară. Ori de câte ori sunt puțin deprimat, mă răsplătesc cu un baton de Mars. Îmi promit că imediat ce termin grupul ăsta de Reguli voi mânca o prăjitură.

Cu ce obiceiuri îi pornești la drum pe copiii tăi? Poate că puștii tăi dețin o garanție genetică cum că nu vor avea niciodată probleme cu greutatea sau alte probleme de sănătate asociate cu dieta nepotrivită. Poate copiii tăi au nevoie de cu totul alte obiceiuri decât ai mei. Poate ai metode mai bune decât mine de a evita genul de probleme pe care tocmai le-am descris. Aici nu dețin toate răspunsurile. Îți atrag atenția doar să ai grijă cu ce obiceiuri alimentare îți înveți copiii și să te asiguri că sunt cele pe care vrei să le capete.

Comunică

Este așa ușor pentru părinți să-i elimine pe copii din „bucula comunicării”. La început sunt prea mici ca să înțeleagă. Pe urmă, când cresc, ți-ai pierdut deja obișnuința și, oricum, este doar o complicație în plus să-i implici și pe ei. Păi da, dar este, de asemenea, un pas în plus spre o familie unită care funcționează ca o echipă.

Despre ce fel de comunicare vorbesc? Ei bine, stai să-ți dau câteva exemple. Îți amintești să le spui întotdeauna puștilor tăi când aștepti musafiri? Probabil că le spui când urmează să vină cineva de care sunt încântați, dar dacă vine o persoană pe care nici n-o cunoști? Poate vine cineva să ia măsuri pentru o nouă husă pentru canapea sau să repare mașina de spălat. Îi spui puștiului tău de un an unde mergeți ori de câte ori îl pui în mașină? Pentru tine e evident, dar nu și pentru el.

Și nu uita un lucru important: comunicarea funcționează în ambele sensuri. Da, trebuie să-i spui echipei tale ce se întâmplă (ideal ar fi să-i spui și de ce), dar trebuie să ceri la rândul tău să fii informat și chiar să asculți atunci când ți se răspunde.

Te consulți cu copiii atunci când stabilești unde o să plecați în vacanță? Dacă sunt adolescenți, probabil că-ți spun fără să-i întrebi, dar dacă au 6 sau 7 ani?

Dar atunci când îți schimbi mașina? Le ceri părerea puștilor tăi? OK, n-o să cumperi un Lamborghini doar pentru că ei vor unul, dar poți să-i întrebi ce contează pentru ei – mai mult loc pe bancheta din spate, CD player care citește mp3-uri, trapă pe acoperiș. Fii sigur că,

dacă le-ai cerut părerea, sunt mai multe șanse să fie încântați de alegerea ta finală.

Dacă procedezi așa întotdeauna, nota 10 pentru tine. De fapt, tu ar trebui să scrii cartea asta, și nu eu. Pentru că eu nu-mi amintesc de fiecare dată. Dar îmi amintesc suficient de des încât să văd cât de mult înseamnă pentru copii să se simtă băgați în seamă, să simtă că fac parte din familie. Plus că se pot dovedi chiar utili dacă știu ce se întâmplă. Sunt plini de idei care, e-adevărat, trebuie cernute cu atenție, dar printre ele poți descoperi lucruri cu adevărat utile care ție altminteri nu ți-ar fi trecut prin cap.

Fixează scopuri clare

Iată o Regulă pe care am cules-o din lumea afacerilor, o Regulă excelentă. Managerii buni își fixează întotdeauna obiective și lucrează pentru atingerea unor scopuri concrete. Și au absolută dreptate să procedeze astfel. Este foarte demoralizant ca șeful să-ți spună: „Vinde mai mult!” Habar n-ai dacă va fi dezamăgit sau uluit de cei 10% pe care i-ai obținut în plus la vânzările pe luna asta. Și îți imaginezi că nici el n-are nici cea mai vagă idee, altfel ți-ar fi spus: „Vinde cu 10% mai mult!”

Așa că știm cu toții de la serviciu că scopurile clare sunt bune – știi ce se așteaptă de la tine, simți că șefului tău chiar îi pasă de performanțele tale. Păi atunci de ce le spunem copiilor „Păstrează ordine în camera ta” sau „Fă-i baie mai des iepurașului”, sau „Nu mai sta atâta în fața computerului”?

Nu realizezi că dai de înțeles că de fapt nu-ți pasă atât de mult precum spui? Care variantă ți se pare mai convingătoare: „Nu mai sta atâta în fața computerului” sau: „Ai voie să stai la computer cel mult două ore pe zi”? Și care ți se pare mai ușor de înțeles de către copilul tău?

Uneori nu ne străduim suficient, dar alteori pur și simplu nu ne oprim să ne gândim dacă puștiul va înțelege ce încercăm să-i spunem. Poate că ție: „Fă-i baie mai des iepurașului” ți se pare un

enunț cât se poate de clar, dar poate copilul chiar nu pricepe ce vrei de la el. Oare vrei să spele animalul o dată pe săptămână? Sau o dată pe lună ar fi suficient? Oare să-i dea fân proaspăt de două ori pe săptămână și să-i schimbe rumegușul la două săptămâni? Trebuie să te exprimi clar dacă vrei ca puștii să fie motivați și să simtă că-ți pasă. Și – cel mai important – să facă într-adevăr ceea ce le ceri.

Regula asta mi-a venit în minte acum câțiva ani, când am rugat-o pe fetița mea să-și facă ordine în cameră. Când m-am dus să verific un pic mai târziu am găsit camera aproape la fel de dezordonată. Am început s-o dojenesc pe fiică-mea, iar ea mi-a spus rănită: „Dar am făcut ordine. Uite!” De fapt, ea strânsese totul de pe podea... și atât. Dar credea sincer că asta am vrut. Atunci am realizat că era vina mea și că urmarea era nu numai o încăpere rămasă în dezordine, dar și o atitudine incorectă față de fiica mea.

UNEORI NU NE STRĂDUIM
SUFICIENT,
DAR ALTEORI PUR ȘI SIMPLU
NU NE OPRIM SĂ GÂNDIM.

Nu fi cicălitor

Am citit de curând un articol despre rezultatul unor cercetări referitoare la cicăleală (mă întreb cât timp au fost cicăliți cercetătorii respectivi cu privire la acest subiect până să se apuce de treabă). Ei au descoperit că, dacă cicălești oamenii, aceștia sunt înclinați să facă chiar *mai puțin* decât ți-ai fi închipuit. Mai bine nu-i cicălești.

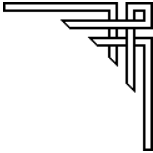
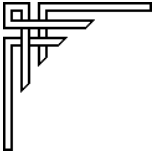
Păi și cum îi determini pe copii să facă ceea ce dorești dacă nu prin cicăleală? Ei bine, cicăleala presupune un ton care sugerează iritarea și tocmai asta o face atât de nesuferită. Și cicăleala devine de-a dreptul de nesuportat – asta e ceva ce *Părinții* trebuie să se asigure că nu fac niciodată – atunci când îți cerți copiii pentru ceea ce *sunt* în loc să te referi la ceea ce *fac*. De exemplu: „N-ai închis ușa” este o remarcă rezonabilă, dar: „Niciodată nu închizi ușa aia” este cicăleală. Și mai rău e când le pui în discuție caracterul: „Niciodată nu te gândești la ceilalți” sau „Of, ești așa de împiedicat”. Dacă le faci asta copiilor tăi, nu faci decât să înrăutățești situația. Și poți să-i condamni pentru asta?

Nu e nevoie să folosești un ton iritat sau fraze cu caracter personal. Tot ce trebuie să faci este să fii ferm și să spui clar ce se va întâmpla dacă nu te ascultă. Cam așa: „Te rog să-ți faci lecțiile. Dacă nu sunt gata până la ora 6, o să închid computerul până când le vei termina.” Apoi nu mai zici nimic până la ora 6 și, dacă e cazul, închizi computerul. Dacă asta este abordarea ta standard, nu le va lua mult copiilor până să-și dea seama că nu glumești.

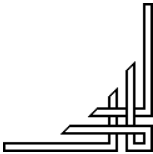
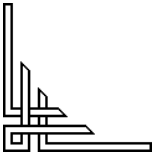
Am fost odată la cineva în vizită la prânz și masa din bucătărie, unde urma să mâncăm, era plină de jucării, desene, dulciuri, bucați de Lego, cărți de joc și alte chestii asemănătoare. M-am oferit (oarecum enervat) să o curăț. „Oh, nu“, a replicat gazda, „nu e nevoie. O s-o curețe copiii.“ M-am întrebat cum Dumnezeu îi va convinge pe copii să curețe masa înainte ca mâncarea să se ardă pe foc, de vreme ce ei erau foarte prinși cu alte activități, dar ea a ieșit în ușa bucătăriei și a strigat pe un ton vesel: „Peste exact 10 minute, tot ce e pe masa din bucătărie ajunge la coșul de gunoi!“ În mod clar obișnuiți cu asta – și convinși în rândurile anterioare, când mama trecuse la fapte –, copiii au apărut cu toții instantaneu și în cinci minute masa era pregătită pentru prânz. Nici un pic de cicăleală – mama a spus o singură dată ce avea de spus și s-a asigurat că puștii știu ce urmează să se întâmple dacă o ignoră.

NU E NEVOIE SĂ FOLOSEȘTI
UN TON IRITAT SAU
FRAZE CU CHARACTER PERSONAL.

Mai e ceva ce merită să fie spus cu privire la cicăleală, și anume că este o perioadă de câțiva ani în care copiii pot face singuri anumite lucruri, dar e nerezonabil să le pretinzi să-și amintească singuri. Așa că în loc să fii supărat că puștiul tău a uitat iar să hrănească hamsterul și să fii tentat să-l cicălești, toată lumea va fi mai fericită dacă privești înțelegerea astfel: copilul se achită de datorie dacă hrănește hamsterul, cu condiția ca tu să-i aduci aminte. Acum mai ai nevoie doar de cineva care să te cicălească pe tine pentru a-ți aduce aminte.



REGULI PRIVIND DISCIPLINA



Nu știu cum ești tu, dar mie nu-mi place cuvântul „disciplină”. Implică ceartă, pedeapsă, chiar și (ferească Sfântul!) bătaie. „Copiii ar trebui să fie atât de cuminți încât să-i vezi, dar să nu-i auzi” – chestii din astea.

Și totuși, odată ce ai trecut peste cuvântul în sine, descoperi că e vorba, de fapt, despre un lucru esențial și care îți e la îndemână. Astfel, am văzut deja care este valoarea limitelor (Regula 24), iar disciplina este despre cum să întărești aceste limite. Dacă înțelegi totul cum trebuie referitor la disciplină este mult mai ușor să fii părinte și este mult mai ușor să fii copil. Da, puștii tăi vor beneficia enorm de pe urma unei bune discipline. Când totul merge bine, nu e nevoie de niciun pic de ceartă, pedeapsă sau bătaie. Și atunci toată lumea este fericită.

Formați front comun

Dacă i-ai cere șefului tău o zi în plus de concediu și el ar zice nu, ai fi dezamăgit, dar te-ai resemna. La urma urmelor, nu e vorba de ceva ce ți se cuvine. Dar să presupunem că apoi l-ai întreba și pe șeful șefului tău, care ar răspunde: „Da, sigur, nicio problemă.” Acum ce mai crezi?

Nu ești sigur dacă e-n regulă să-ți iei ziua de concediu sau nu. Dar ești sigur că opinia șefului tău nu contează prea mult. Și dacă șeful tău îți va spune altă dată „nu”, știi ce să faci. De fapt, poate chiar e mai bine ca data viitoare să treci peste șeful tău din start. În timpul ăsta, șeful tău se simte subapreciat și frustrat, probabil că e supărat pe șeful lui și știe că a pierdut respectul tău. Iar șeful șefului tău descoperă că a pierdut respectul șefului tău.

Ești confuz? Nu mă miră. Inconsecvența celor doi părinți duce la confuzia copiilor, la frustrare și la subminarea respectului lor. Dacă șeful șefului tău l-ar fi susținut pe șeful tău, totul ar fi fost cât se poate de simplu.

Trebuie să înțelegi că, dacă-ți subminezi partenerul încercând să fii drăguț cu copilul tău astfel încât el să te iubească mai mult (da, admite, la asta se reduce totul), nu reușești decât să-l zăpăcești pe copil și să-i subminezi atât respectul pentru voi amândoi, cât și încrederea în atât de importante limite.

Dacă ești părinte singur, să nu crezi c-ai scăpat! Același lucru se aplică ori de câte ori există cineva cu care împarți responsabilitatea pentru copil. Părinții tăi, atunci când merg cu voi în vacanță, sau bona, sau prietena ta care are grijă de el în fiecare marți după școală.

Dacă vreți ca puștiul vostru să se simtă în siguranță, trebuie să vă susțineți unul pe celălalt. Și asta înseamnă inclusiv să jucați amândoi rolul polițistului dur. Merită: copilul va fi mai fericit, va fi mai sigur în privința limitelor și vă va respecta (și iubi) pe amândoi pentru asta. În cele din urmă.

Bineînțeles, nu trebuie să cădeți de acord dinainte asupra fiecărei minuscule reguli posibile – când e vorba de detalii trebuie doar să conveniți că indiferent ce spune unul dintre voi, celălalt îl va susține dacă va fi întrebat. „Dacă Tati a spus nu, atunci răspunsul e nu”. Este crucial să înțelegi că, în afară de treburile importante asupra cărora ați căzut deja de acord dinainte (Regula 12), faptul că ești de acord cu partenerul este mult mai important decât lucrul asupra căruia ești de acord.

FAPTUL CĂ EȘTI DE ACORD
CU PARTENERUL
ESTE MULT MAI IMPORTANT
DECÂT LUCRUL ASUPRA CĂRUIA
EȘTI DE ACORD.

Vorba dulce mult aduce

Îți amintești cum erai când erai mic? Hai, gândește-te – sigur că poți. Acum imaginează-ți că învățătoarea ți-ar fi promis o steluță aurie/o ciocolată/un pix la alegere din dulăpiorul cu papetărie dacă te vei descurca bine la următoarea dictare. Acum imaginează-ți că, în loc de asta, te-ar fi amenințat că dacă nu te descurci la dictare o să rămâi în clasă toată ziua în timpul recreațiilor/o să primești o bilă neagră/n-o să mai ai voie la ora de sport (sau o să mergi mai des la sport, în funcție de înclinațiile tale sportive). Cu care dintre aceste abordări ai fi obținut rezultate mai bune la dictare?

Dacă semeni cu mine, ai fi avut șanse destul de mici să faci bine la vreo dictare. Dar cu siguranță eu m-aș fi străduit mai mult pentru recompensă (abordarea pozitivă). Și la fel ai fi făcut și tu, dacă ești o persoană cu comportament tipic. Cercetările moderne în psihologie infantilă au stabilit cu certitudine că abordarea pozitivă este mai eficientă în a-i determina pe copii să coopereze.

Asta nu înseamnă că trebuie să-ți recompensezi copiii ori de câte ori spun „te rog” sau să-i plătești pentru că și-au făcut curat în cameră. De cele mai multe ori, ei ar fi fericiți doar să știe că le-ai observat eforturile și că le apreciezi. Așa că spune-le: „Mi-a plăcut cum ai mulțumit la magazin” sau „Oau, ți-ai făcut ordine în cameră fără să-ți spun eu. Bravo!”, sau „Mulțumesc pentru că ai fost așa de liniștit azi-dimineață și m-ai lăsat să mai dorm un pic.” Acum vor vrea să repete figura ast-

fel încât să-ți obțină laudele din nou. E vital ca puștii să știe că ai observat ce au făcut bine, așa că amintește-ți să-i lauzi de fiecare dată, altfel abordarea pozitivă nu va mai funcționa (și-o să te trezească ciorovăiala lor duminica la 6 dimineața).

E VITAL CA PUȘTII SĂ ȘTIE
CĂ AI OBSERVAT CE AU FĂCUT
BINE, AȘA CĂ AMINTEȘTE-ȚI
SĂ-I LAUZI DE FIECARE DATĂ.

Când e vorba despre lucruri importante, despre care ai discutat cu ei înainte, e important să folosești promisiuni în loc de amenințări. Promite-le că o să primească cina favorită dacă se poartă foarte frumos în parc sau promite-le o mărire a „alocației pentru haine” dacă păstrează ordinea în camera lor timp de o lună întreagă.

Nu spun că amenințările nu au și ele rolul lor, dar într-o lume ideală ele ar exista doar undeva în fundal, fără să fie vreodată puse în practică. Amenințările sunt pentru lipsuri serioase în comportament, dar, chiar și-așa, ar trebui folosite întotdeauna împreună cu promisiuni. De exemplu, îi poți spune adolescentului tău că dacă se întoarce în continuare târziu acasă nu va mai avea voie să iasă weekendul viitor; în schimb, dacă vine acasă la ora stabilită timp de o lună, vei da înainte ora de intrare în casă cu 15 minute.

O singură atenționare aici (doar nu trebuie să-ți fie prea ușor). Ai grijă să nu creezi o presiune prea mare pe copii fixându-le stan-

darde prea înalte și promițându-le recompense prea substanțiale. Dacă îi promiți adolescentului tău propria lui mașină pentru o notă de peste 9,90 la examen, creezi o presiune dublă. Puștiul se va simți pedepsit de două ori dacă nu reușește. O dată pentru că va simți că a eșuat (deși poate a luat o notă foarte bună, dar sub 9,90), și apoi pentru că nu va avea mașină.

Fii consecvent!

Când eram copil, într-o zi îi puteam răspunde mamei obraznic și ea râdea și-mi spunea că e mulțumită că îmi pot lua singur apă-rarea. A doua zi puteam să-i răspund exact la fel și s-o încasez. Niciodată nu aveam vreun indiciu despre cum va reacționa. Asta se aplica nu numai la răspunsuri insolente, ci în orice altă situație. Mi-am petrecut o mare parte din copilărie „mergând pe sârmă” într-un echilibru precar, fără să știu la ce reacție să mă aștept din partea ei.

În plus, nu aveam nici cea mai vagă idee ce îmi este permis și ce nu – părea că de fiecare dată o loterie secretă la care nu am dreptul să particip decide cum ar fi trebuit să mă comport. Așa că nu prea era cazul să încerc să-mi îmbunătățesc comportamentul. Puteam să dau de necaz, dar erau tot atâtea șanse să nu pățesc absolut nimic. În general, riscul părea justificat – cel puțin pentru mine.

Copiii tăi trebuie să știe ce este și ce nu este acceptabil. Ei stabilesc asta în funcție de ceea ce a fost acceptabil ieri și alaltăieri. Dacă nu primesc un mesaj consecvent, nu au niciun indiciu despre cum trebuie să se comporte și prea importante limite (din nou Regula 24) nu sunt bine menținute. Prin urmare, acești copii vor fi confuzi, nesiguri și, probabil, se vor simți neubiți.

Să-ți spun care e cel mai important lucru în cadrul acestei Reguli: nu ai voie să încalci regulile nici chiar atunci când vrei. Pur și simplu nu e corect față de copii. Dacă ai decis că nu ai voie să doarmă cu tine în pat, trebuie să respecti regula (cu excepția cazului

când ești pregătit să o schimbi definitiv). Numai pentru că mezinul tău a fost cam trist astăzi și e așa de călduț, și pufos, și miroase frumos după băiță, și tu ești la rândul tău un pic deprimat... nu, nu, NU! Oprește-te chiar acum! Dacă-l lași o dată în patul tău va fi de zece ori mai greu să-i spui „nu” data viitoare, plus că nu va înțelege de ce. Spune „nu” acum (cu blândețe și cu o îmbrățișare în plus) și ești crud doar ca să fii bun (atât cu tine, cât și cu el).

Ai observat că un pic mai devreme am spus „cu excepția cazului în care ești pregătit să schimbi regula definitiv”? Bineînțeles, schimbarea regulilor este mereu o opțiune. Poate realizezi brusc că viața ar fi mult mai dulce dacă copilul ar dormi cu tine în fiecare noapte și chiar nu înțelege de ce i-ai interzis asta inițial. Ei bine, da, poți schimba regula (consultă-te cu partenerul mai întâi), dar odată schimbată, trebuie s-o respecti pe termen lung. Copiii vor fi la fel de zăpăciți dacă le schimbi regulile lunar ca și dacă le schimbi zilnic. Deci cât timp trebuie să respecti noua versiune a regulii? Dacă nu permanent, atunci măcar până când puștii tăi au uitat că a fost vreodată altfel. Și cu cât copiii sunt mai mari, cu atât uită mai greu.

CEL MAI IMPORTANT LUCRU
ÎN CADRUL ACESTEI REGULI:
NU AI VOIE
SĂ ÎNCALCI REGULILE
NICI CHIAR ATUNCI CÂND VREI.

Folosește umorul

Adolescent fiind, o ajutam odată pe mama să pregătească masa (folosesc termenul „ajutam” într-un sens foarte imprecis, așa cum vei vedea). Mama gătea, iar eu am scos mazărea din congelator. Dintr-un motiv pe care nu reușesc să-l justific, am ținut punga de mazăre de colțul de sus și am folosit foarfeca pentru a tăia colțul, chiar sub nivelul degetelor cu care țineam punga. Predictibil, întreg pachetul (mai puțin colțul care a rămas între degetele mele) a căzut pe podea și mazărea înghețată s-a răspândit prin toată bucătăria – sub frigider, sub aragaz, sub mașina de spălat și sub picioarele noastre.

M-am uitat îngrozit la mama, care era deja cam tensionată (încercând să tranșeze carnea, să fiarbă legumele și să nu ardă sosul, toate în același timp), în așteptarea inevitabilei predici... Dar, în schimb, mama era cocoșată de râs.

Și știi ceva? N-am mai făcut niciodată aceeași greșeală (da, știu, majoritatea oamenilor reușesc să treacă prin viață fără să facă această greșeală de fel). Ideea e că n-a fost nevoie să fiu certat pentru a-mi învăța lecția. Faptul că mama a izbucnit în râs în loc să-mi spună că nu sunt prea deștept (ceea ce, sincer, era oricum mai mult decât evident) a însemnat mult mai mult pentru mine și pentru relația noastră.

Bineînțeles, atunci a fost vorba despre un accident, oarecum stupid. Dar cum te descurci atunci când copiii te căpiază în mod deliberat sau îți răspund obraznic? Chiar și atunci poți să transformi cu ușurință supărarea în distracție. Dacă faci o glumă sau dacă-i

tachinezi într-un mod prietenos și afectuos, deseori le distrugi hotărârea de a-ți face viața mizerabilă în următoarele cinci minute. În plus, o să vă distrați mai bine împreună și o să aveți o relație mai bună.

Există o carte excelentă pentru copii scrisă de John Burningham – „Ai prefera...?”. Copiii sunt întrebați dacă ar prefera, de exemplu, să fie stropiți cu apă sau târați în noroi de către un câțel, sau mânjiți cu dulceată? (Apropo, o recomand din toată inima. Cartea, evident, nu mânjirea cu dulceată.) Copiii mei mai mici o adoră și uneori, când încep să se poarte urât, dezamorsez conflictul întrebându-i: „Ai prefera... să te oprești chiar acum, să fii trimis în camera ta pentru cinci minute, sau să fii gădilat fără milă timp de 30 de secunde?” De obicei, asta-i face să chicotească și le distrage atenția de la ceea ce urmau să facă, iar pe de altă parte copiii par să aprecieze faptul că au fost opriți fără să fie certați. Acum, că stau și mă gândesc la asta, știu și câțiva adulți cu care ar merita să încerc aceeași strategie.

FOLOSEȘTE UMORUL...
O SĂ VĂ DISTRAȚI
ȘI VEȚI AVEA
O RELAȚIE MAI BUNĂ.

Concentrează-te asupra problemei, nu asupra persoanei

Știu o doamnă foarte cumsecade care a făcut un curs de psihologie a copilului sau ceva de genul ăsta. Stând odată de vorbă cu ea, ne-a spus că a învățat la curs un principiu vital: „Nu e un copil rău, e un copil bun care a făcut un lucru rău.” Ei bine, nouă ni s-a părut unul dintre cele mai amuzante exemple de psihologie *politically correct* dusă la extrem pe care am auzit-o în viața noastră și nu pierdeam nicio ocazie de a parodia acest sfat absurd de siropos.

Chestia jenantă este că de fapt trebuie să admit că doamna avea dreptate 100%. Încă mai iau în râs exprimarea aceasta („Nu e un computer prost, e doar un computer bun care a făcut un lucru prost.”), dar înghițindu-mi orgoliul trebuie să recunosc că principiul în sine este cât se poate de corect.

Odată ce i-ai spus unui copil că e rău, obraznic, egoist, leneș, gras, prost, necioplit, neatent sau orice altceva, i-ai pus o etichetă. Și dacă el ia de bună acea etichetă (și de n-ar lua-o – nu este el instruit să ia de bun tot ce-i spui?), va începe să se comporte ca atare.

Va spune: „N-are rost să fac eforturi, așa sunt eu – leneș.” Sau: „Ce-am de pierdut? Oricum, ei mă consideră obraznic.” Bineînțeles, nu e vorba despre un gând conștient, cel puțin nu atunci când sunt

mici. Dar dacă le pui copiilor o etichetă, ei se vor conforma așteptărilor tale.

Ceea ce trebuie să faci este să le condamni *comportamentul*, nu pe ei ca persoane. Poți spune: „Faci un lucru egoist” sau: „E foarte nepolitic să forțezi nota așa.” În felul ăsta nu faci un comentariu la adresa lor, ci la adresa comportamentului lor. Și dacă citind aceste rânduri îți vine să strigi: „Dar e leneș!”, nu-ți spun că greșești, deși ar fi cam incorect din partea mea să admit că ai putea avea dreptate. Spun doar că n-ar trebui niciodată, dar *niciodată* să spui asta în fața copilului sau a altcuiva (în caz că ajunge cândva la urechile lui). Păstrează-ți comentariul pentru gândurile tale cele mai intime chiar și când se ridică de la masă pentru a treia oară la rând fără să strângă masa (nici vorbă să te ajute să speli vasele...).

CEEĂ CE TREBUIE SĂ FACI
ESTE SĂ LE CONDAMNI
COMPORTAMENTUL,
NU PE EI CA PERSOANE.

Etichetele pozitive sunt cu totul altă mâncare de pește. Atâta timp cât exprimă adevărul (nu pune prea multă presiune pe copilul tău făcându-l să încerce să atingă niște standarde inaccesibile pentru el), etichetele pozitive îl vor încuraja pe copil să se comporte în conformitate cu ele – atent, grijuliu, curajos sau harnic.

De fapt, uneori poți folosi etichetele pozitive pentru a consolida un comportament bun într-un moment când acesta tocmai a lipsit: „Am fost chiar surprins să văd că te porți atât de necioplit. Întotdeauna te-am considerat o persoană foarte politicoasă.” Îți reasigură că n-ai renunțat la părerea bună pe care o ai despre ei, deci nu-i târziu să se comporte conform etichetei „politicos”.

Nu te pune în situații fără ieșire

Of, sunt groaznic la Regula asta. Și numai pentru că sunt o persoană foarte spontană (asta-i scuza mea). Vorbesc, vorbesc și la un moment dat – bang! Până să-mi dau seama ce mi-a ieșit pe gură, am și făcut o amenințare idioată pe care nu o pot respecta nicicum. De curând i-am spus fiului meu că, dacă se poartă în continuare urât, îi interzic să se mai uite la televizor pentru un an întreg. Evident, amenințarea e foarte greu de pus în practică, absolut disproporționată față de greșeala copilului, iar respectarea ei n-ar fi în interesul nimănui. Pe unde să scoți cămașa?*

Din fericire, nu sunt aici ca să-ți spun să fii ca mine. Nu fac decât să-ți comunic ceea ce am învățat urmărind alți părinți, mulți dintre ei mai buni decât mine. Îmi dau seama când greșesc și sunt mult mai bun decât eram înainte (ei, am zbârcit-o în cazul ăsta, cu televizorul). Și, precum știi, asta e cheia pentru a fi un Părinte – știm când mai avem de învățat și continuăm să ne străduim.

Bineînțeles, marea problemă cu interzicerea accesului la televizor pentru un an este aceea că amenințările sau pedepsele promise trebuie întotdeauna respectate. Dacă-i spui copilului că va sta toată seara în casă dacă nu pune piesele de puzzle în cutiile lor, asigură-te că, într-adevăr, dacă nu pune piesele la loc nu iese afară sub nicio formă.

* Pentru răspuns, citește Regula 38.

Altfel, evident, n-o să-ți mai ia în seamă amenințările din moment ce va descoperi că sunt simple vorbe.

Un prieten de-al meu nu reușea să-și respecte niciodată promisiunile și, drept urmare, copiii lui cam scăpaseră de sub control. După o conversație cu un prieten înțelept care l-a luminat puțin, a încercat o altă abordare. În timpul unei vacanțe, l-a amenințat pe fiul său: „Dacă nu încetezi, mâine nu mai mergi cu noi la surf.” Puștiul probabil că s-a gândit: „Ha, ba o să merg, tata nu face niciodată ce spune, plus că dacă eu nu merg la surf, cineva va trebui să stea acasă cu mine.”

Ceea ce puștiul nu știa era că tatăl lui chiar vorbea serios. Așa că, după ce copilul a continuat să se poarte în același fel, tatăl s-a ținut de cuvânt. Și a rămas acasă cu el. Nu numai că puștiul a pierdut ziua de surf, dar a trebuit să-și petreacă întreaga zi cu un tătic cu capsă pusă, căruia nu-i convenea deloc că stă acasă din cauza comportamentului fiului său. Cred că nu mai e nevoie să spun că lecția a fost foarte eficientă, iar prietenul meu s-a simțit încurajat să-și respecte amenințările în continuare.

Așa că întotdeauna du-ți amenințările la bun sfârșit și nu te pune în situații fără ieșire făcând promisiuni pe care nu ești sigur că le poți respecta. Gândește înainte de a vorbi (notă pentru mine însumi: trebuie să mă străduiesc mai mult pentru Regula asta).

COPILUL N-O SĂ-ȚI MAI IA
ÎN SEAMĂ AMENINȚĂRILE
DIN MOMENT CE VA DESCOPERI
CĂ SUNT SIMPLE VORBE.

Dacă-ți pierzi cumpătul, tu ești cel care pierde

Copiii noștri învață să se comporte privindu-ne pe noi. Dacă spunem „mulțumesc” și „te rog”, vor învăța să facă le fel (în timp). Dacă ne îmbătăm pulbere înainte de micul dejun, vor considera că așa e normal. Iar dacă ne pierdem cumpătul când alții nu fac ceea ce vrem noi să facă, vor gândi că acesta este comportamentul corect.

În majoritatea cazurilor e destul de ușor să ne purtăm așa cum vrem să se poarte și copiii noștri. Dar exemplul pe care-l oferi este critic atunci când tensiunea începe să-ți crească – adică tocmai când e așa de greu să fii un bun exemplu (fir-ar să fie!). Deci cum reacționezi atunci când copilul te contrazice? Reușești să rămâi calm, să nu ridici vocea și să asculți ce are de spus? Nu e ușor, Dumnezeu ne e martor, dar e singurul mod în care poți obține o reacție similară.

În majoritatea cuplurilor, habar n-am din ce motiv, unul dintre părinți e mai înclinat spre a-și pierde cumpătul cu copiii decât celălalt. Dacă acela ești tu, n-o lua ca pe un eșec – comportamentul tău e cât se poate de normal. Dar trebuie să înțelegi că ori de câte ori îți pierzi firea cu copiii, de fapt aprobi în felul ăsta reacțiile de același fel din partea lor. De fapt tu ești cel care pierde. De asemenea, de fiecare dată distrugi câte puțin din relațiile lor viitoare – copiii cresc

gândindu-se că urlând obții ceea ce vrei și că acesta este modul standard de gestionare a conflictelor.

Același lucru se aplică, apropo, loviturilor. Indiferent care e opinia ta despre bătaie, un lucru e clar: nu funcționează. Transmite copiilor mesajul că, în final, lovindu-i pe oameni obții ceea ce vrei. Dacă-ți lovești copiii luat de val, îi lași să vadă că ți-ai pierdut controlul. Asta e destul de înspăimântător pentru copii, la fel cu a le transmite că e în regulă să-ți pierzi controlul și să fii agresiv. Dacă îi lovești cu sânge rece, asta arată că te-ai gândit și ai ajuns la concluzia că agresiunea este soluția.

Dacă-ți lovești copiii des, îi vei distruge emoțional și îi vei transforma în bătauși. Și dacă te-ai hotărât să nu-i lovești decât foarte rar, de ce să-i mai lovești de fel? Părerea mea e că dacă ai început să-ți lovești copilul, e greu să hotărăști unde să te oprești. *Părinții* nu au nevoie să-și lovească copiii pentru a se înțelege cu ei.

DACĂ AI ÎNCEPUT
SĂ-ȚI LOVEȘTI COPILUL,
E GREU SĂ HOTĂRĂȘTI
UNDE SĂ TE OPREȘTI.

Cum procedezi dacă simți cum te umpli de furie și știi că ești pe cale să izbucnești? Învată să recunoști semnele cât mai de timpuriu, astfel încât să poți alege un alt tip de reacție. Dacă nu reușești, fugi! Repede, dacă e nevoie. Ieși onorabil din situație atâta timp cât mai poți – eu numesc asta „pauză pentru părinți”. Dacă ai copii mici,

asigură-te că rămân în siguranță (dacă e nevoie, ia-i și pune-i într-un loc sigur) și apoi retrage-te – dacă e cazul la o distanță suficient de mare încât să nu-i mai auzi – până te calmezi și îți recapeti forțele pentru a intra din nou pe „câmpul de luptă”. Până atunci, probabil că puștii își vor fi depășit oricum momentul de rebeliune.

Cere-ți scuze dacă ai greșit

Unul dintre lucrurile pe care ar trebui să-l fi reținut până acum* este acela că modul în care ne purtăm este cel mai puternic model pe care copiii noștri îl au pentru propriul lor comportament. Spuneam mai devreme că dacă nu vrei ca puștii tăi să-și piardă cum-pătul, nici tu nu trebuie să ți-l pierzi pe al tău, iar dacă vrei să spună „te rog” și „mulțumesc” trebuie să fii la fel de politicos cu ei. Ei bine, acum este vorba despre un alt lucru pe care trebuie să fii capabil să-l faci cu copiii tăi, un lucru care li se pare teribil de dificil unor părinți (ai fi uimit să afli cât de mulți).

Bănuiesc că sentimentul este că dacă admiți că ai greșit, subminezi încrederea copilului în atotputernicia ta. Dacă spui „îmi pare rău”, el va realiza că nu ești perfect. Ei bine, am noutăți! E doar o problemă de timp până când copiii își dau seama singuri de lucrul ăsta. Ai putea la fel de bine să-i „dezamăgești” cu blândețe arătându-le, din când în când, că nu ești Dumnezeu și că faci și tu greșeli.

Cu cât ești mai dispus să-ți ceri iertare când greșești, cu atât puștii tăi vor observa că nu te desconsideră nimeni dacă admiți că n-ai avut dreptate. Și vor vedea, de asemenea, că oricine face greșeli și că nu trebuie să-ți fie rușine să recunoști când ai greșit. Da, trebuie să fii conștient de greșeală, să fii capabil să o îndrepti, dar să nu-ți fie rușine.

* Presupun că citești cartea în ordine și nu începi de aici.

Copiii tăi trebuie să-și ceară instinctiv iertare atunci când își dau seama că au rănit, ofensat, supărat sau deranjat pe cineva.

COPIII TĂI TREBUIE
SĂ-ȘI CEARĂ INSTINCTIV
IERTARE ATUNCI CÂND
ÎȘI DAU SEAMA CĂ
AU RĂNIT, SUPĂRAT
SAU DERANJAT PE CINEVA.

Aș putea adăuga că unii adulți au probleme în a-și cere iertare oricui, cu atât mai mult copiilor lor. Dacă ai o problemă în a-ți recunoaște greșelile, ocupă-te de problemă acum, înainte ca puștii tăi să ajungă să te imite.* Perioada în care ești părinte este minunată pentru a-ți depăși punctele slabe înainte de a le transmite mai departe generațiilor următoare.

Îți amintești că în Regula 36 povesteam cum i-am interzis fiului meu să se uite la televizor un an de zile? Singurul mod de a ieși cu fața curată a fost să-i spun drept: „Îmi pare rău, am făcut o greșeală. M-am enervat, ceea ce n-ar fi trebuit să fac, și ți-am dat o pedeapsă absurdă. Ar fi trebuit să-ți spun că n-o să ai voie la televizor o săptămână dacă ai să continui să fii nepoliticos cu mine.” Poate puțin umilitor, dar măcar am dres-o!

** Realizez acum că, prin definiție, dacă așa ești tu, nu vei admite că greșești. Însă am încredere în faptul că ești suficient de Părinte încât să începi de undeva. Hai! Știi că poți...*

Primește-i înapoi cu căldură

OK, deci te-ai certat cu copilul. Poate te-ai descurcat bine, poate nu (ești om și tu...). Dar ești un *Părinte*, deci prea rău nu poate să fie. Puștiul tău, pe de altă parte, a fost exilat în camera lui.

Ce se întâmplă în continuare? Este foarte important și am creat o Regulă distinctă pentru că am văzut prea mulți părinți greșind. Copilul vine înapoi plin de remușcări, chiar cerându-și iertare, iar părintele se repede din nou asupra lui reamintindu-i cât de urât s-a purtat. Următorul lucru pe care-l face copilul este să intre în defensivă, să dea contraargumente și să sfârșească prin a fi trimis iar în camera lui. Eventual, părintele nu mai vorbește deloc cu el și stă îmbufnat.

Procedând astfel îi răpești copilului posibilitatea de a scăpa de remușcări. Am auzit recent un părinte spunându-i copilului care-și ceruse iertare: „Important nu e să-ți ceri iertare. Important e să nu mai faci asta din nou.” Adevărat, bineînțeles, dar nu era momentul potrivit să spună asta. Bietul copil simțea în mod evident că încă n-a scăpat de neazuri și că nu este iertat și i-am văzut fețișoara încrețindu-se de plâns.

De departe, lucrul cel mai important este ca puștiul tău să simtă că-l iubești în continuare. El trebuie, de asemenea, să știe că are un rost să-și ceară iertare și să dorească să-și schimbe comportamentul. Dacă tu ești în continuare supărat pe el, de ce să se mai ostenească?

Așa că, atunci când lupta s-a sfârșit, arată-i că e iubit și oferă-i afecțiunea ta. Și arată-i că apreciezi scuzele lui și capacitatea sa de a recunoaște că este responsabil (măcar parțial) de disputa voastră.

DE DEPARTE, LUCRUL
CEL MAI IMPORTANT ESTE CA
PUȘTIUL TĂU SĂ SIMTĂ
CĂ-L IUBEȘTI ÎN CONTINUARE.

Bineînțeles, s-ar putea să simți nevoia să mai discuți despre problema respectivă cu copilul – fie despre subiectul din cauza căruia v-ați contrazis, fie despre modul în care a reacționat. În regulă, dar nu o face acum. Păstrează discuția pentru mai târziu, când prietenia voastră va fi restabilită. Dacă copilul este mai mare, îi poți spune că o să discutați mai târziu sau poți pur și simplu să ataci subiectul altă dată, într-un moment mai potrivit – în mașină (n-are unde să fugă), sau poate la culcare. Dar niciodată în fața altei persoane care n-a fost implicată – frați/surori, alte rude sau prieteni.

Dacă te știi unul dintre aceia căruia îi place să despică firul în patru, rezistă tentației de a aborda din nou și din nou subiectul certei, cu excepția cazurilor în care este strict necesar, mai ales cu adolescenții. Majoritatea copiilor știu foarte bine unde au greșit și discuțiile nefârșite de după fiecare ceartă nu vor face decât să-i sâcăie. Pentru ei, o astfel de discuție nu e un lucru ușor de suportat, așa că nu-i face să treacă prin asta decât dacă este cu adevărat necesar. Bineînțeles, trebuie în continuare să rezolvi problema inițială, dar păstrează rezolvarea pentru un moment în care veți fi amândoi mai veseli.

Dreptul la exprimare

Poate că simți că viața ta ar fi mai ușoară dacă copiii s-ar comporta mereu rezonabil. Nu tu certuri, nu tu lacrimi, nu tu accese de furie. Ai dreptate, ți-ar fi mult mai ușor. Dar pentru copii n-ar fi bine să fie așa tot timpul. Ei au emoții puternice și trebuie să fie capabili să și le exprime. Când sunt supărați, trebuie să li se permită să exprime faptul că sunt supărați. Treaba ta este să-i înveți să se exprime într-un mod acceptabil, și nu să-și reprime sentimentele indiferent de situație.

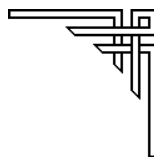
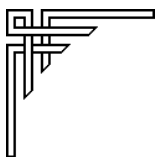
Cunosc familii în care copiii sunt certați pentru că sunt supărați, indiferent de modul în care și-au manifestat supărarea. Sigur, ei trebuie să învețe să fie supărați fără a fi agresivi, abuzivi sau amenințători, dar totuși trebuie să li se permită să se simtă supărați și să spună acest lucru. Furia poate fi justificată, iar copiilor trebuie să le fie clar că își pot exprima astfel furia fără să fie certați pentru asta. Ei au nevoie să audă: „Îmi dau seama exact de ce ești supărat, dar nici chiar în aceste condiții nu ai voie s-o înjuri pe sora ta.”

Un copil căruia nu i se permite să-și exprime sentimentele nu va fi în stare să se debaraseze de ele – chiar și adulții se luptă cu problema asta. Tot ce poate face un copil este să și le înfrâneze, ceea ce poate duce la probleme emoționale și chiar fizice. Mai mult, copilul va deveni un adult care nu poate spune ce simte, ceea ce se poate dovedi extrem de dăunător în tot soiul de relații, mai ales în cele apropiate.

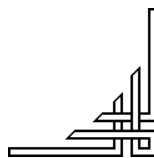
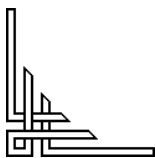
Oamenii care au crescut fără certuri nu pot înțelege că după o ceartă totul poate fi din nou în regulă. Așa că nu-și contrazic partenerul de teamă că acesta îi va părăsi. Ceea ce înseamnă că problemele rămân necomunicate și prin urmare nerezolvate, apar resentimente, sentimentele sunt reprimare și știm bine că toate acestea sunt nesănătoase.

Știu că suntem încă la secțiunea despre disciplină, dar fiindcă tot discutăm despre exprimarea sentimentelor, vreau să subliniez cât de important este plânsul pentru copii. Și pentru adulți, apropo. Nu sunt mulți părinții care-și apostrofează copiii când plâng, dar am auzit destui spunând: „Nu te mai purta ca un bebeluș” sau „Haide, nu-i chiar așa rău.” Ei bine, evident că pentru ei chiar este așa rău, altfel n-ar plânge, nu-i așa? Vor învăța curând, la școală, să nu plângă atunci când nu e cazul, așa că nu-ți mai face griji pentru asta. Am învățat cu mulți ani în urmă de la un prieten foarte drag că reacția corectă atunci când cineva plânge (inclusiv un adult) nu este: „Haide, gata, nu mai plânge”, ci: „Așa. Plângi și descarcă-te.”

UN COPIL CĂRUIA
NU I SE PERMITE
SĂ-ȘI EXPRIME SENTIMENTELE
NU VA FI ÎN STARE
SĂ SE DEBARASEZE DE ELE.



REGULI PRIVIND PERSONALITATEA



Întreabă pe oricine are mai mulți copii și-ți va spune că aceștia sunt, clar, diferiți. Da, copiii pot avea aceeași părinți biologici, pot crește în aceeași familie, se pot duce la aceeași școală, pot merge în aceleași vacanțe și totuși să fie persoane complet diferite.

Asta are implicații asupra modului cum îi crești. Scopul tău e să le scoți la iveală individualitatea, nu să-i transformi în ceea ce ai vrea tu să fie. Ei, dar știi deja asta, doar ești un *Părinte*. Bun, dar cum procedezi? Despre asta este vorba în următorul grup de Reguli. Urmează-le și le vei permite copiilor tăi să devină oamenii minunați, independenți, siguri pe sine, cu gândire liberă, așa cum au fost întotdeauna predestinați să devină.

Descoperă stimulentele care funcționează pentru copiii tăi

Unul dintre copiii mei poate fi convins să facă aproape orice, dacă el crede că te va dezamăgi nefăcând lucrul respectiv. Este cu adevărat util, deși trebuie să am mare grijă să nu-l șantajez emoțional.* Vrea cu disperare să placă, iar eu pot folosi asta ca să-l motivez. Bineînțeles, după ce a terminat ce a avut de făcut, trebuie să nu uit să-i spun cât de mulțumit, impresionat, încântat, mișcat sunt de el.

Altuia dintre copiii mei nu-i pasă nici cât negru sub unghie de încântarea sau dezamăgirea mea. Din partea lui, asta e doar problema mea. În schimb, își dorește foarte mult să pară matur și să fie privit ca fiind responsabil. Așa că asta-i pârghia pe care o folosesc pentru a-l motiva.

Copiii mei sunt motivați de lucruri diferite, nu neapărat aceleași lucruri care mă motivează pe mine (deși văd că ciocolata merge aproape la oricine – dar sigur că nu ne putem motiva copiii folosind dulciuri, Regula 27).

* *Fir-ar să fie, n-am inclus Regula „Nu-ți șantaja emoțional copilul”. Hai s-o numim Regula 41^{1/2}. Și descoperă tu singur de ce e atât de rău să n-o respecti.*

Unele sunt stimulente emoționale – aprobarea, să fii privit ca un adult, aprecierea. Altele sunt stimulente mai specifice care să-l încurajeze pe puștiul tău să facă ceea ce vrei – mai multă responsabilitate, prestigiu, bani, libertate. Cu alte cuvinte, copiii pot fi răsplătiți prin a fi lăsați să gătească pentru toată familia, prin niște haine noi care cred ei că le vor spori prestigiul printre prieteni sau printr-o oră de culcare mai înaintată.

Ideea e că nu poți folosi aceleași vechi stimulente cu fiecare copil, pentru că nu vor funcționa. Nu numai că nu vei obține ceea ce are fiecare mai bun de oferit, dar nici ei nu vor căpăta ceea ce își doresc cu adevărat. Așa că trebuie să te gândești care stimulente funcționează pentru fiecare dintre copiii tăi și să descoperi modalități de a le folosi. Recompensele pe care le folosești se vor schimba pe măsură ce copiii cresc, dar probabil vei descoperi că puștiul tău de 2 ani care iubește libertatea s-a transformat într-un adolescent care iubește libertatea. Deși s-ar putea să nu-l mai motiveze faptul că îi permiți să urce scările fără ca tu să-l ții de mână.

În paranteză fie spus, în rarele ocazii când vei considera necesar să folosești „motivarea negativă”, copiii tăi vor reacționa la amenințări diferite. Unuia s-ar putea să nu-i pese că nu-i mai dai bani de buzunar timp de o săptămână, în timp ce altul ar putea fi devastat. Va fi vorba despre aceleași principii pe care le valorifici în cazul motivării pozitive: libertate, bani, prestigiu, aprobare.

În concluzie, nu presupune că puștii tăi sunt la fel unul cu celălalt sau la fel cu tine. Uneori durează destul de mult până să descoperi care este stimulentele potrivit pentru fiecare, dar dacă te gândești și experimentezi suficient, vei găsi întotdeauna ceva.

NU POȚI FOLOSI
ACELEAȘI VECHI STIMULENTE
CU FIECARE COPIL,
PENTRU CĂ NU VOR FUNCȚIONA.

Fiecare copil ar trebui să aibă un domeniu în care să știe că excelează

Am un văr care are dizabilități severe de învățare și o coordonare slabă din punct de vedere fizic, ceea ce face ca arta, sportul sau chiar joaca să fie extrem de dificile pentru el. Sincer, mulți ani a fost greu să-mi dau seama care este punctul lui forte. Fratele lui era un muzician foarte talentat, căruia îi plăcea să asculte muzică și, cu timpul, a devenit clar că, deși John nu putea să cânte la un instrument, așa cum făcea fratele lui, avea un simț special pentru muzică, în sensul că recunoștea extrem de ușor orice melodie. Dacă puneam o casetă în mașină, după două măsuri începea să cânte primul vers al melodiei. Așadar iată că și el este foarte bun la ceva – ar putea oricând câștiga „Recunoaște melodia!”, împotriva oricui.

Majoritatea copiilor sunt mult mai norocoși – ei nu au soarta atât de potrivnică. Dar exemplul de mai sus demonstrează faptul că până și copiii cei mai năpăstuiți au punctele lor forte. Copilul tău are nevoie să știe că e bun la ceva, pentru respectul față de sine. Dacă vrei ca el să crească simțind că poate aduce ceva concret, pozitiv, în lumea din jurul său și să fie mândru de asta, atunci de aici trebuie să începi.

Pe măsură ce trece timpul, va căpăta încrederea de a găsi alte lucruri la care este, de asemenea, bun. Unii puști sunt buni la o grămadă de lucruri, alții doar la unul sau două care contează cu adevărat pentru ei. Treaba ta este să-ți urmărești continuu copiii până găsești lucrul acela în care ei excelează și să te asiguri că sunt conștienți de el.

GĂSEȘTE LUCRUL ACELA
ÎN CARE EI EXCELEAZĂ...
NU TREBUIE SĂ FIE CEVA
ACADEMIC
SAU ÎN LEGĂTURĂ CU ȘCOALA.

Nu trebuie să fie ceva academic sau în legătură cu școala (muzică, sport, artă), deși acestea sunt domenii foarte potrivite. Ar putea fi faptul că are o memorie excelentă și îți poate aminti toate lucrurile pe care ai uitat să le pui pe lista de cumpărături. Sau poate că este persoana cea mai organizată din familie și singurul care reușește să păstreze DVD-urile în ordine. Sau poate gătește niște macaroane cu brânză delicioase, sau se înțelege foarte bine cu animalele. Ai grijă ca el să știe că excelează în domeniul respectiv și – aproape mai important – asigură-te că știe că *tu* știi că excelează.

Apropo, în cazul fraților mai mici din cadrul unei familii, Regula devine mai importantă. Copiii cei mari fac în general o mulțime de lucruri mai bine decât frații lor mai mici, pentru mult timp. Dacă ai mai mulți copii, este destul de greu pentru cei mici să strălucească (eu am fost numărul cinci, așa că știu despre ce vorbesc). Deci asigură-te că cei mici reușesc și ei să-și găsească nișa.

Învăță să apreciezi trăsăturile de caracter care îți amintesc de altcineva

Când fiica mea era mai mică, îmi amintea de ambele ei bunici. (De defectele lor.) Nu vreau s-o jignesc în niciun fel, dar, dacă aș fi avut posibilitatea de a alege, nu cred că asta aș fi ales să creez (cel puțin nu să semene cu AMÂNDOUĂ). Pe măsură ce creștea îmi amintea din ce în ce mai mult de bunicile ei. Bineînțeles că moștenise și unele dintre calitățile lor, dar nu observam asta. Defectele erau cele care se aruncau ostentativ în fața mea.

Cu toate astea, era fiica mea. Și o iubeam necondiționat. Așa că am învățat să iubesc la ea acele trăsături pe care la început era greu să le remarci. Știu, nu e ușor, dar trebuie să faci asta întrucât nu-ți poți învinui copiii pentru moștenirea lor genetică. Măcar am devenit mai înțelegător față de bunicile ei...

Cel mai greu e să înveți să iubești o calitate care îți amintește de fostul tău partener. Dacă ești divorțat sau despărțit, copiii îți vor aduce mereu aminte de „fostul”, iar tu trebuie să înveți să iubești această latură a lor, chiar dacă o urăști în celălalt părinte.

Nici eu nu am toate răspunsurile, iar subiectul ăsta este unul dificil. Dar pot să-ți spun ce mă ajută pe mine. Mi-am dat seama, într-un final, că nu există trăsături de caracter 100% negative; contează cu adevărat doar felul în care oamenii își folosesc înclinațiile naturale. Cunosc o doamnă care, copil fiind, era incredibil de încăpățânată. Vreau să spun – din cale-afară de încăpățânată. A crescut și a devenit apărătoare a drepturilor celor nevoiași. Trebuie să fii incredibil de încăpățânat și de hotărât ca să reușești să schimbi ceva în lumea politicianilor cărora se pare că nu le pasă. Între timp, în viața personală s-a îmblânzit și a devenit o tânără încântătoare. De obicei, spunem că încăpățânarea este o trăsătură negativă, nu-i așa? Ei bine, nu și în cazul ei.

NU EXISTĂ
TRĂSĂTURI DE CARACTER
100% NEGATIVE.

Doar pentru că puștiul tău îți amintește de mama lui sau de tatăl tău, sau de mătușa Betty nu înseamnă că își va folosi în același fel însușirile. Așa că nu e nevoie să le respingi. Știi ce ai de făcut: insuflă-i valorile care îi vor asigura folosirea înțeleaptă a talentelor sale naturale.

Caută similitudinile dintre voi

Mda, cu anumiți copii poți să sari direct la Regula următoare. Uneori, copilul îți amintește de tine în mod constant, iar greutatea în cazul ăsta e doar să-ți aduci aminte că el nu gândește chiar întotdeauna la fel cu tine.

Dar unii copii sunt exact pe dos. Te uiți la ei și te întrebi serios cum e posibil să fie ai tăi. Nu ai absolut nimic în comun cu ei și n-ai nici cea mai vagă idee despre modul în care funcționează mintea lor. De cele mai multe ori nu le înțelegi comportamentul și pace. De ce ar izbucni cineva în lacrimi atunci când te înfurii, te întrebi tu, în loc să-ți răspundă? Cum de preferă să se joace cu moluște și cu păianjeni când tu nu suporti nici să te gândești la aceste creaturi?

Evident, n-ai niciun motiv să îi iubești pe acești copii mai puțin decât pe ceilalți. Dar uneori s-ar putea să-ți fie greu să faci față momentelor lor mai emoționale atunci când acestea sunt de neînțeles pentru tine. Poate că partenerul tău se descurcă mai bine pentru că se identifică mai ușor cu ei, dar asta nu face decât să sublinieze diferența.

Eu știu exact ce simți în astfel de cazuri, pentru că am fost în această situație. Gândește-te că 50% din genele copilului provin de la tine, așa că trebuie să recunoști ceva trăsături de caracter. Găsește aceste similitudini pentru că, dacă nu le găsești, copilul ar putea

interpreta lipsa ta de empatie cu lipsa dragostei. Mai ales dacă are frați sau surori, ar putea realiza, inconștient, că pari mai apropiat de celălalt/ceilalți copil/copii. Poate fi dificil, mai ales dacă ești și de sex opus lui.

Oricine are un copil adoptat îți va spune cât e de important să găsești o lungime de undă comună. Mulți părinți adoptivi se străduiesc foarte mult în sensul ăsta, pentru că sunt suficient de deștepți încât să-și dea seama că e vital să găsească un teren comun cu copiii lor. E adevărat, unii dintre noi ne simțim atât de diferiți de copiii noștri biologici încât trebuie să facem același efort pentru a ne conecta cu ei.

Prin urmare, continuă să cauți până găsești. Bineînțeles, copiii se schimbă și uneori un copil cu care îți era foarte greu să te identifici ajunge să-ți semene din ce în ce mai mult pe măsură ce crește. Dar nu conta pe asta. Găsește interese comune, descoperă că vă plac aceleași cărți, întreabă-ți părinții ce asemănări observă între voi. Străduiește-te să-ți faci timp numai pentru voi doi și vezi dacă aveți ceva gusturi comune, chiar dacă personalitățile voastre par total opuse.

Dacă faci toate astea, copilul tău se va simți iubit și va simți că face parte din familie, ceea ce este foarte important. Iar bonusul va fi că deseori de la copiii cei mai diferiți de tine ai cele mai multe de învățat.

50% DIN GENELE COPILULUI
PROVIN DE LA TINE,
AȘA CĂ TREBUIE
SĂ RECUNOȘTI CEVA
TRĂSĂTURI DE CHARACTER.

Găsește la ei calități pe care să le admiri

N-are niciun rost să trăiești dacă nu înveți permanent. Ai putea foarte bine să dai ortul popii acum. Unul dintre cele mai bune lucruri care ți se întâmplă ca părinte este acela că poți învăța atât de multe de la copiii tăi.

Ar fi tare plictisitor dacă puștii tăi ar fi exact ca tine. Unde ar mai fi distracția? Deci nu te aștepta să fie ca tine, pentru că nu vor fi. Și nici lor nu le vor conveni lucrurile pe care le faci tu. Dacă îți place cricketul, ei vor fi microbiști. Dacă ești înnebunit după haine, ei nu vor mai ieși din blugii lor nespălați de 4 luni. Asta e meseria lor. Sunt programați să se separe de tine și vor face asta din ce în ce mai intens pe măsură ce cresc, acționând diferit și petrecându-și timpul în alte moduri decât o faci tu.

AR FI TARE PLICTISITOR
DACĂ PUȘTII TĂI
AR FI EXACT CA TINE.

Așadar, în loc să-ți pară rău văzând cum copiii merg pe o altă cale decât tine, bucură-te pentru ceea ce poți învăța de la ei. Puștii tăi îți pot arăta lucruri de care n-ai auzit, la care nu te-ai gândit – și ce încântați sunt să te poată învăța ceva ce tu nu știi sau nu poți să faci! Te pot învăța lucruri cu adevărat interesante (și mă refer aici mai ales la tehnologie). Și, cel mai plăcut, copiii tăi se pot purta așa cum ți-ar plăcea și ție să te porți. Da, puștii se pot descurca de minune în situații cu care tu te-ai luptat dintotdeauna.

Sunt atâtea de admirat la orice copil, iar admirația ta va însemna mai mult pentru el decât a oricui altcuiva (chiar dacă nu vrea să recunoască). Unul dintre copiii mei spune oamenilor în față, deschis și franc, ceea ce gândește, fără să-i pese dacă ceilalți îl plac sau îl aprobă. Mie lucrul ăsta mi se pare cât se poate de natural, dar mama lui, căreia i-a fost întotdeauna greu să se impună și care a fost blestemată* cu o puternică nevoie de a se face plăcută chiar și de către oameni de care nu-i pasă, îl admiră enorm pentru abilitatea sa de a fi clar și de a se impune. (Destul de amuzant este că ea nu mai e la fel de admirativă când eu fac exact același lucru.)

Mai am și un alt copil, care este diplomatul suprem. Eu mă sforțez să fiu cât de cât diplomat atunci când este cazul, dar nu mă simt confortabil. Pe când la el totul vine natural și sunt deseori uimit de tacticile pe care le adoptă pentru a dezamorsa potențiale conflicte. Dacă nu reușesc să învăț de la el, n-am să mai învăț niciodată, pentru că el este cel mai bun exemplu pe care-l știu și mai e și permanent sub nasul meu.

* Sunt vorbele ei, nu ale mele.

Lasă-i să fie mai buni decât tine

Îmi amintesc că într-o vacanță am văzut odată un părinte străduindu-se cu disperare să-și bată la tenis fiul adolescent. Băiatul încerca să câștige, dar taică-său era și mai hotărât să reziste. Tatăl era roșu la față, gâfâia și asuda, dar trebuia să lovească mingea înapoi peste plasă cu orice preț. Și a reușit. În cele din urmă a câștigat și au părăsit terenul, tatăl arătând stors de puteri, dar infatuat, și fiul – resemnat. Îmi imaginez că era obișnuit.

Mi-a părut rău pentru el. Pentru tată, vreau să spun. Satisfacția de moment a câștigului nu se compară cu satisfacția de durată de a vedea încântarea pe fața copiilor atunci când te întrec. M-am consoalat cu gândul că era doar o problemă de timp. Puștiul juca bine și, mai devreme sau mai târziu, pe măsură ce el va deveni mai puternic, iar tatăl lui va îmbătrâni, îi va veni și lui rândul.

Acum, și tu, și eu știm că acesta nu era un *Părinte*. Și încă nu ți-am spus că nici măcar nu-și încuraja fiul – bănuiesc că era prea îngrijorat că ar fi putut fi învins. Sigur, nu-i poți lăsa întotdeauna pe copii să te întrecă la absolut orice – ar fi îngrozitor de arogant din partea ta. Poți s-o faci când au 2 ani, dar nu-i mai poți păcăli când au 12. Dar pot și ei câștiga din când în când; tot ceea ce trebuie să faci este să nu te străduiești atât de absurd de tare ca tatăl cu tenisul. Și îi poți încuraja atunci când pierd: „Când o să ai lovitura de rever la fel de bună ca forhendul, n-o să mai am nicio șansă.”

Iar dacă la tenis nu sunt încă așa de buni ca tine, du-te și catăra-te în copaci cu ei. Sau înoată. Sau faceți împreună prăjituri. Sau cântați la pian. Sau jucați jocul preferat la PlayStation. Găsește ceva ce ei fac mai bine decât tine și faceți împreună lucrul acela. Este cu mult mai distractiv decât să câștigi (cel puțin când e vorba despre copilul tău).

Și încă ceva. Ce crezi că l-a învățat tatăl tenisman pe copilul lui despre cum să piardă? Nimic. Zero. Canci. Tot ce i-a comunicat a fost: „Ai grijă ca asta să nu ți se întâmple niciodată.” Și-a ratat șansa de a-i demonstra copilului cum să piardă cu grație. De fapt, nu-i așa de rău să pierzi atâta vreme cât știi cum să pierzi.

NU-I AȘA DE RĂU
SĂ PIERZI ATÂTA VREME
CÂT ȘTII CUM SĂ PIERZI.

Atitudinea este la fel de importantă ca realizările

Pentru ce-ți lauzi cel mai mult copilul? Note bune la școală? Rezultate bune la examene? O medalie la sport? Câștigarea concursului la muzică?

Bravo! Dacă ești un *Părinte*, te-ai prins că asta este o întrebare-capcană și că răspunsul ar trebui să fie: pentru niciuna dintre cele de mai sus. Bineînțeles că este important să-ți feliciți copiii pentru toate aceste realizări. Contează pentru ei și ar fi cu adevărat necăjiți dacă nu ți-ar păsa. Dar lucrurile pentru care merită cele mai multe laude au de-a face cu atitudinea și cu comportamentul lor, nu cu realizările.

Știu o fetiță care chiar se luptă să se poarte frumos. Vrea cu adevărat, dar este așa de plină de energie încât uneori pur și simplu nu poate fi cuminte. Din nefericire pentru ea, are o soră mai mare care se comportă perfect. Uneori, oamenii le compară și remarcă ce diferență e între cele două surori și cât de frumos se poartă cea mare spre deosebire de cea mică (îmi face plăcere să spun că părinții lor au atâta minte încât să nu facă astfel de comentarii). Îmi pare rău pentru cea mică, văd că se străduiește atât de mult să fie cuminte. Sora ei, în schimb, nu se străduiește deloc. Deci, care merită mai multe laude? (Apropo, întorcându-ne la Regula 32, acesta este un exemplu

excelent de eficiență a motivării pozitive. Fetița se străduiește mult mai mult atunci când oamenii remarcă ce frumos s-a purtat.)

Lucrurile pentru care îl lauzi sau îl recompensezi pe copil îi spun multe despre ceea ce tu consideri că este important în viață. Îl ajută să-și definească valorile. Așadar, dacă îi lauzi realizările, rezultatele școlare, premiile, succesul, îi comunică că acestea sunt lucrurile care contează (și îl presezi să continue să obțină rezultate tot mai bune, premii, succes). În timp ce dacă lauzi efortul, perseverența, progresul, diplomația, integritatea, onestitatea – iată în ce va crede copilul tău.

LUCRURILE PENTRU CARE ÎL
LAUZI SAU ÎL RECOMPENSEZI PE
COPIL ÎI SPUN MULTE DESPRE
CEECE CE TU CONSIDERI
CĂ ESTE IMPORTANT ÎN VIAȚĂ.

Evident că ai nevoie de o combinație. Nu spun că trebuie să ignori realizările copilului. Spun doar că e bine să te asiguri că recunoști *toate* lucrurile care vrei să conteze pentru el și că te gândești puțin la echilibrul pe care-l urmărești.

Păstrează-ți temerile și nesiguranța pentru tine

Uite un scenariu care s-ar putea să-ți pară cunoscut – eu, unul, l-am văzut de nenumărate ori. Ești la grădina zoologică, în pavilionul reptilelor. O familie privește un șarpe frumos, cu solzi ce formează un model superb, cum se mișcă grațios de-a lungul unei ramuri. Cu ochii la șarpe, mama* spune: „Îîîîh! E oribil!” La fel se întâmplă de obicei în fața păianjenilor și din nou la bazinul scorpionilor.

Din fericire, majoritatea puștilor sunt suficient de deștepți încât să nu dea atenție acestui tip de remarcă. (Și majoritatea mamelor sunt suficient de deștepte încât să nu *facă* acest tip de remarcă.) Dar sunt și unii copii sensibili sau influențabili care vor învăța să zică „Îîîîh!” reptilelor și insectelor târătoare doar pentru că niște adulți au fost atât de neinspirati încât să dea un prost exemplu. De fapt, aceste creaturi sunt frumoase, și copiii ar trebui încurajați să le aprecieze sau cel puțin să ajungă singuri la o opinie negativă, în loc să primească încurajări energice.

Copiii sunt puternic influențați de noi, așa că dacă nu ești atent îi poți împovăra cu tot felul de griji inutile. De vreme ce oricum sunt

** M-am gândit serios și îndelung dacă să spun asta, pentru că e o remarcă sexistă, dar zău că întotdeauna mama este cea care vorbește!*

constrânși să aibă propriile lor temeri, chiar nu mai au nevoie și de ale tale. Așa că faci mai bine să le păstrezi pentru tine.

Unei *Mame* pe care o cunosc îi este foarte frică de păianjeni. O frică la limita fobiei. Dar pentru că nu vrea ca fetița ei să simtă la fel, dacă un păianjen se rătăcește cumva în camera fetei, mama își face apariția imediat cu o mătură în mână pentru a prinde creatura ofensatoare și pentru a o da afară pe geam. După aceea tremură ore întregi, dar fetița habar nu are, deoarece mama este hotărâtă să-și păstreze spaimela pentru ea. (Ei, de cele mai multe ori totul merge strună, dar o dată mama a scăpat din greșeală păianjenul, și-a dat seama, dar pur și simplu nu a fost în stare să-l caute. Așa că s-a prefăcut că dă păianjenul afară pe fereastră, ca de obicei. Animalul a fost găsit abia când fetița s-a dus la culcare și a dat la o parte pătura ca să se bage în pat; iar acolo, în mijlocul patului, ai ghicit, trona păianjenul. Hopa!)

Bineînțeles că nu vorbesc doar despre păianjeni sau șerpi. Vorbesc și despre temeri ca, de exemplu, teama de a fi răpit. Sigur că vrei să le insufli copiilor tăi o prudență sănătoasă, dar nu o frică excesivă, disproporționată față de riscuri. O astfel de frică le poate limita enorm și inutil viața socială. Sau să vorbim despre teama de eșec? Știu un tată care și-a descurajat copiii în asemenea hal încât sărmanii n-au mai dat la facultate pentru că ar fi fost atât de supărați dacă n-ar fi intrat...

Uneori e greu să-ți muști limba și să taci. Cu siguranță, uneori copiii vor prinde semnalele ascunse pe care tu nu vrei să le transmiți. Dar cu cât încerci mai mult să-ți ascunzi temerile personale, cu atât ai mai multe șanse să reușești. Asta le va da copiilor tăi libertatea de a se bucura de viață și de a-și descoperi propriile temeri, fără ajutorul tău.

DE VREME CE ORICUM
SUNT CONSTRÂNȘI SĂ AIBĂ
PROPRIILE LOR TEMERI,
CHIAI NU MAI AU NEVOIE
ȘI DE ALE TALE.

Ai grijă la «programare»

Am fost coleg la școală cu un puști al cărui tată a încărunit devreme, pe la 30 de ani. Tatăl era teribil de jenat din cauza asta și o ținea într-una despre cât de îngrozitor este să fii cărunț așa de tânăr. Ghici ce s-a întâmplat? Exact, fiul lui a încărunit și el pe la 30 de ani. Și cum toată copilăria sa i s-a spus numai cât e de jenant și de groaznic să ți se întâmple un astfel de lucru, evident că și el se simțea îngrozitor de jenat. Tatăl lui a încercat să-l încurajeze, dar bineînțeles că totul suna acum fals – nu poți să spui timp de 25 de ani că un lucru este îngrozitor pentru ca deodată să te răzgândești și să te aștepți să fii credibil.

Ce anume nu-ți place la tine? Ești gras (după părerea ta)? Chel? Ai un nas ilar? Genunchi ciudați? Te bâlbâi? Dacă da, atunci te rog păstrează-ți părerile pentru tine. Dacă nu aduci vorba despre ele, copiii tăi nu vor avea motive să-și formeze o părere negativă referitoare la aceste trăsături. S-ar putea ca ei să le moștenească. Tot ceea ce spui acum despre tine va avea ecou în urechile lor peste 20 sau 30 de ani.

TOT CEEA CE SPUI ACUM
DESPRE TINE VA AVEA ECOU
ÎN URECHILE LOR
PESTE 20 SAU 30 DE ANI.

Să presupunem acum că tatăl colegului meu ar fi fost mândru de părul său cărunț (sau cel puțin ar fi pretins că e mândru). Să presupunem că ar fi glumit cu fiul lui: „Eu cred că mă face să arăt mult mai distins, tu ce zici?” Colegul meu ar fi avut o cu totul altă impresie despre sine când ar fi încărunit la rîndul lui.

Nu ar trebui să ne criticăm unul pe celălalt în fața copiilor (da, așa e, nici atunci când copiii nu sunt prin preajmă), pentru că, evident, se aplică același principiu. Nu-ți tachina partenerul pentru că poartă ochelari, nu-i spune „cheliuță”, nici măcar cu afecțiune, nu-l critica pentru că s-a îngrășat. Îți programezi copiii subliminal și nu vei descoperi răul pe care l-ai făcut decât când va fi prea târziu. Nu-i vei convinge când vei schimba placa peste 30 de ani: „Oh, dragule, dar nu mă refeream la tine. Tu arăți mult mai bine chel decât mine.”

Dacă știi că e foarte probabil ca puștii tăi să moștenească o anumită trăsătură, ai face bine să le-o prezinți într-o lumină favorabilă. Spune-i partenerului cât de intelectual îl fac să arate ochelarii sau scoate în față avantajele pe care le are o femeie înaltă, în loc să subliniezi dezavantajele. Nu știi niciodată, s-ar putea să te convingi și pe tine însuși.

Nu încerca să ai un copil perfect

Regula 2 era despre tine, care nu ești perfect. Ei bine, acum e rândul copilului tău. Dacă încerci să crești un copil perfect, vei eșua lamentabil. În plus, îți vei supune copilul unei presiuni incorecte și, așa cum noi, *Părinții*, știm deja, este foarte ușor să supui copilul unei prea mari presiuni, și acesta este un Lucru Rău.

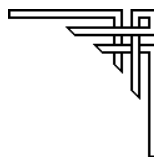
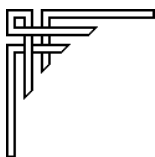
În orice caz, cine vrea un copil perfect? De fapt, ca să fim mai concreți, ce este un copil perfect? Nu-mi pot imagina așa ceva. Toți copiii întâlniți care se comportau impecabil – care nu făceau nicio-dată vreo greșală, care se chinuiau permanent să-și mulțumească părinții și profesorii, învățau din greu la școală și aveau întotdeauna lecțiile gata la timp – erau îngrozitor de plictisitori și lipsiți de personalitate.

Copiii care mi-au plăcut cel mai mult, care aveau personalități calde și puternice aveau și defecte cu nemiluita. Fie aveau tendința de a fi exagerat de poznași, fie se înfuriau cam repede când erau scoși din pepeni, ori aveau un simț al umorului care uneori mergea cam prea departe, sau o înclinație către lene (pe care, în general, o compensau cu șarm). Am cunoscut nenumărați copii fabuloși de-a lungul timpului, care au devenit adulți nemaipomeniți, dar cu mâna pe inimă pot spune că absolut niciunul dintre ei nu era perfect. Slavă Cerului!

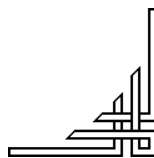
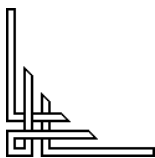
Nu aștepta de la copii să fie mini-adulți. Ei trebuie să aibă toate acele imperfecțiuni pe care creșterea și dezvoltarea sunt menite să le elimine. Dacă ar fi perfecți la 10 ani, ai putea să-i expediezi să fie bancheri. Dar ai zădărnici scopul următorilor câțiva ani. Copilăria este pentru a fi copil și, personal, cred că puștii se descurcă cel mai bine atunci când nu dispar chiar toate acele imperfecțiuni despre care am vorbit un pic mai sus. Cine își dorește un copil adult care n-are niciodată o sclipire jucăușă în ochi sau un strop de înflăcărare, sau un simț cam stupid al umorului, sau un pic de simț sălbatic al aventurii rămas în el?

Unicul tip de copil pe care merită să-ți propui să-l crești este copilul care este capabil să-și dezvolte propria personalitate cu siguranță de sine și care înțelege că nu trebuie să rănească alți oameni în tot acest timp. Țasta e cel mai bun lucru posibil. Mă bucur să spun că în această categorie intră o grămadă de copii. Și sunt sigur că niciunul dintre ei nu e perfect.

COPIII CARE MI-AU PLĂCUT
CEL MAI MULT,
CARE AVEAU PERSONALITĂȚI
CALDE ȘI PUTERNICE
AVEAU ȘI DEFECTE CU NEMILUITA.



REGULI PENTRU FRAȚI



Dacă ai mai mult de un copil, ți-ai dat deja seama singur că s-au schimbat datele problemei și că e nevoie de un set special de Reguli. Îl cunosc pe directorul unei școli de băieți care a fost rugat de un țăran din zonă, cu multe decenii în urmă, să-i împrumute unul dintre studenți pentru a-l ajuta puțin la fermă. Directorul a zis că poate găsi cu siguranță mai mulți voluntari dornici să ajute. Dar țăranul a refuzat politicos, spunând: „Un băiat e un băiat, doi băieți înseamnă o jumătate de băiat, iar trei băieți înseamnă niciun băiat.”

Fără îndoială că ar fi spus cam același lucru și despre fete. Cu cât pui laolaltă mai mulți copii, cu atât e mai dificil să-i ții pe toți sub control. Nu atât din cauza numărului lor, cât din cauza interacțiunilor dintre ei. Așadar, această secțiune cuprinde cele mai importante Reguli care să te scoată la liman dacă ai doi sau mai mulți copii. Cred că nu mai e nevoie să spun că toate Regulile se aplică la fel de bine și în cazul fraților vitregi.

Dăruiește-i unul altuia

Cred că aceasta este cea mai importantă Regulă pentru frați și este Regula călăuzitoare pentru toate celelalte. Așa că fii atent. Cel mai important lucru pe care poți să-l faci pentru copiii tăi este să le oferi cea mai bună relație posibilă între ei.

Poți crește frați în multe feluri – îi poți separa în mod deliberat sau îi poți uni. Și dacă scopul tău este acela de a-i uni, vei avea probabil bucuria de a-i vedea pe copiii tăi fiind cei mai buni prieteni pe viață. Odată ce au devenit adulți, vor avea nevoie de frații lor cu care sunt pe picior de egalitate la fel de mult cum vor avea nevoie și de părinți, dar care, inevitabil, nu le sunt egali (nu că le-am fi superiori, dar relația nu este și nici nu ar trebui să fie echilibrată; înainte de a mă contrazice, citește Regula 94). În plus, probabil că frații le vor fi aproape mult timp după ce tu nu vei mai fi.

Cunosc familii ai căror membri sunt risipiți prin toată lumea, dar când unul dintre ei are necazuri, frații sunt cei pe care pot conta, chiar dacă sunt la continente distanță. Dacă asta-ți dorești pentru copiii tăi (și ca *Părinte* bineînțeles că asta-ți dorești), pregătirea începe acum.

Există o mulțime de metode care să te ajute să-i unești pe copiii tăi. Pentru început, poți refuza să încurajezi pâra („Chiar dacă sora ta a lăsat robinetul deschis, tu n-ar trebui s-o pâraști. Așa ceva nu se face, este un lucru urât.”). Astfel transmiți un mesaj clar cum că nu apreciezi faptul că se poartă urât unul cu celălalt.

Apoi îi poți încuraja să se ajute reciproc: „Eu nu sunt prea tare la matematică, dar sunt sigur că Sam te poate ajuta la lecții.” Dacă se poartă frumos îi poți recompensa pe toți în grup – fiecare primește o porție de tratație pentru că au pregătit masa împreună sau deoarece câinele a fost scos la plimbare în fiecare zi săptămâna asta. Vorbește cu toți odată, în timpul mesei sau în mașină, spune-le tuturor ce se întâmplă: „Bunica și bunicul vin la noi weekendul viitor...”

Pe măsură ce cresc, implică-i pe toți în luarea deciziilor referitoare la locul unde veți merge în vacanță sau la culoarea în care veți zugrăvi baia. Este la fel de important să te străduiești să elimini din fașă orice prilej de rivalitate sau de gelozie între copii. Mai multe despre asta puțin mai încolo, în special în Regula 56.

Și încă un lucru care leagă întotdeauna oamenii între ei, fie ei frați sau nu: permite-le să se unească împotriva unui dușman comun. Cum ce dușman? Tu, firește. Nimic nu leagă frații între ei mai rapid decât posibilitatea de a se plânge împreună de părinții lor. Orice neînțelegeri mărunte dintre ei vor fi date uitării și vor fi în deplină înțelegere unul cu celălalt. Așa că data viitoare când iei o decizie cu care niciunul dintre ei nu e de acord, gândește-te că ajuți la pecetluirea unei alianțe care va dura o viață.

NIMIC NU LEAGĂ
FRAȚII ÎNTRE EI MAI RAPID
DECÂT POSIBILITATEA
DE A SE PLÂNGE ÎMPREUNĂ
DE PĂRINȚII LOR.

Cearța e sănătoasă (în limite rezonabile)

Dacă ai mai mulți copii, sunetul ciorovăielilor nu-ți e deloc străin – și cu excepția cazului în care ai început direct cu gemeni, ai sesizat diferența de la unul la doi sau mai mulți. Unii sunt mai certăreți decât alții, dar toți se ciorovăiesc. Și jumătate din frustrarea ta vine din faptul că, de obicei, cearța este atât de lipsită de sens. Sau nu e?

Contează cu adevărat al cui este jocul acela? Sau cine are pantofii mai *cool*? Sau cine iese primul pe ușa din față? (Da, ai mei s-au certat cu ferocitate pe tema asta.) Răspunsul este, evident, nu. Cel puțin nu pentru tine.

Dar contează faptul că puștii noștri învață să se certe. De ce? Pentru că până nu vor ști cum să se certe corect nu vor învăța cum să facă să nu se certe. Și noi vrem din toată inima ca ei să crească fiind în stare să *nu* se certe. Ai observat că adulților care au crescut fără frați (poate și tu ești singur la părinți) le e mai dificil să facă față conflictelor? Trebuie să lupte cu tendința de a fi prea agresivi sau, în extrema cealaltă, prea timizi, în timp ce majoritatea diplomaților naturali pe care i-am întâlnit au crescut cu frați sau surori.

Singurul mod de a învăța despre diplomatie, compromis și toate celelalte abilități similare la care copiii mici (și mult prea mulți adulți) nu sunt prea buni este cearța. Da, ciorovăiala te învață cum

poți și cum nu poți să-i determini pe ceilalți să coopereze cu tine. În timp, copilul învață că fratele lui devine mult mai puțin îndatoritor dacă-i dă un pumn în față sau că sora sa nu-l lasă să intre în camera ei decât dacă și el, la rândul lui, o lasă să intre în camera lui. Este mult mai greu să învețe toate astea exersând cu prietenii, pentru că există riscul să rămână curând fără prieteni. Frații, pe de altă parte, nu pot spune: „Dacă nu te joci cu mine n-o să mai fiu fratele tău.” Ei iartă la nesfârșit, fie și numai pentru că n-au de ales.

CIOROVĂIALA TE ÎNVAȚĂ
CUM POȚI ȘI CUM NU POȚI
SĂ-I DETERMINI PE CEILALȚI
SĂ COOPEREZE CU TINE.

Certurile dintre frați sunt deseori lupte pentru putere. Ele stabilesc ierarhia (statutul) sau cine ce spațiu deține (teritoriul), sau cui îi este permis să ia propriile decizii (independența). Tu trebuie să adopți o politică de neintervenție în aceste probleme de bază (chiar dacă trimiți trupe speciale de menținere a păcii atunci când izbucnesc violențele), deoarece nu poți schimba caracterul inerent al copiilor încercând să-l faci corect. Uită-te în Balcani, în Orientul Mijlociu, în Vietnam – pur și simplu nu merge să încerci să faci tu alegerile în locul lor. Și mamăăă, cum pot uneori copiii să pară a aduce la fel de multe neazuri ca națiunile aflate în război...

Așa că data viitoare când copiii tăi se vor certa (nicio grija, nu cred să ai prea mult de așteptat), apreciază situația. Of, bine, îți cer prea mult, dar măcar nu-ți imagina că ai greșit undeva sau că ar trebui să-i oprești din ciorovăială. Pentru că, de fapt, ei nu se ceartă, ci învață abilități esențiale pentru viață.

Învăță-i să-și rezolve singuri disputele

Ai scăpat ieftin cu Regula trecută. Nimic de făcut decât să te retragi și să te relaxezi. Asta este puțin mai dificilă, dar reprezintă o continuare esențială a Regulii 52.

Odată ce ai acceptat faptul că cearta e un rău necesar – parte a lecției despre compromis și cooperare –, va trebui să accepți și că nu funcționează decât dacă-i lași pe copii să continue. Altfel nu vor învăța decât că dacă urlă suficient de tare sau lovesc suficient de puternic, va apărea un adult care va rezolva problema pentru ei. Vor fi foarte dezamăgiți atunci când vor părăsi căminul și nu se va mai ivi ca prin minune un adult care să le aplaneze conflictele.

ODATĂ CE AI ACCEPTAT
FAPTUL CĂ CEARTA E UN RĂU
NECESAR, VA TREBUI SĂ
ACCEPȚI ȘI CĂ NU
FUNCȚIONEAZĂ DECÂT
DACĂ-I LAȘI PE COPII
SĂ SE DESCURCE SINGURI.

Din păcate, o mulțime de copii cresc astfel. Cu mulți ani în urmă am fost la un seminar unde unui grup de manageri li s-a cerut să construiască un turn din cărămizi având forme care mai de care mai ciudate. M-am speriat văzând cât de repede s-a transformat totul într-un concurs de țipete. Ironic, când te gândești că ideea era să descopere cât de bine pot coopera... Nu conta absolut deloc dacă turnul stătea în picioare sau nu.

Nu, nu există o altă soluție: dacă vrei ca puștii tăi să crească fiind în stare să reușească la astfel de exerciții, ca să nu mai vorbim de succesul în viață în general, va trebui să-ți muști limba și să te obișnuiești cu zgomotul și cu certurile. Partea amuzantă e că, taman când te vei obișnui, majoritatea certurilor vor fi rezolvate fără tine.

Bineînțeles, cu toții avem zile în care nu avem răbdarea sau timpul de a aștepta ca puștii să-și rezolve singuri disputele. În astfel de cazuri, fii creativ și încearcă să intervii fără a le răpi șansa de a găsi propria lor soluție. De exemplu, le poți lua jucăria pentru care se luptă sau poți închide computerul, sau televizorul, spunându-le: „V-o dau înapoi/îl deschid atunci când amândoi (sau voi toți) cădeți de acord asupra unei soluții.”

Cunosc un cuplu care folosește un truc magistral. Merge foarte bine în cazul lor mai ales pentru că au numai băieți (sunt îngrozitor de competitivi). Organizează ceea ce ei numesc „concursul cinstei”. Soluția e foarte bună în special în acele cazuri în care nu poți spera să afli cine a pornit cearta. Spui: „O să organizăm un concurs ca să vedem cine este cel mai cinstit.” (Știi, asta e momentul în care băieții cad în plasă de fiecare dată.) Apoi îi întrebi pe rând: „Tu ce ai făcut și n-ar fi trebuit să faci?” Regula e că nu se pot referi la ceea ce a făcut (chipurile) celălalt. Copiii mărturisesc tot soiul de lucruri și

solicită să fie luate în considerare încă 137 de ofense adresate celorlalți, doar pentru a avea șansa de a câștiga concursul. La sfârșitul confesiunii îi rogi pe toți să-și ceară iertare pentru lucrurile pe care le-au recunoscut, apoi le dai drumul. „Concursul” îi ajută să înțeleagă că e nevoie de cel puțin doi pentru o ceartă – unde mai pui că te face să te simți și tu bine.

Lucrați ca o echipă

Nu e vorba despre tine și partenerul tău, deși evident că și voi trebuie să lucrați ca o echipă. Dar suntem la secțiunea despre frați, iar această Regulă este despre a face întreaga familie să lucreze ca o echipă. Este unul dintre lucrurile care te ajută să le oferi copiilor cea mai bună relație posibilă între ei.

Lucrul ca o echipă poate însemna să lucrați împreună, cot la cot, sau poate însemna să aveți fiecare de îndeplinit câte o sarcină pentru ca în final să obțineți cu toții rezultatul dorit. Nu contează ce variantă alegeți atâta timp cât copiii știu că este un efort de echipă.

În casa noastră există o regulă potrivit căreia la sfârșitul mesei toată lumea trebuie să participe la strâns și la curățat până când bucătăria e lună. Abia atunci ne oprim cu toții. Copiii s-au obișnuit și se implică împreună. Unul pune farfuriile și tacâmurile în mașina de spălat vase, în timp ce altul pune untul la frigider sau pune resturile la coș, sau în vasul câinelui. Fiind o corvoadă împărțită (nici adulții nu sunt scutiți), cu cât fiecare dintre noi își face treaba mai repede, cu atât câștigăm cu toții, iar copiii simt acest lucru pe pielea lor. Deseori își spun unul altuia: „Uite, fac eu asta în timp ce tu stivuiești vasele”, pentru că își dau seama că este și în interesul lor.

În activitățile voastre de zi cu zi vei descoperi o mulțime de șanse de a exploata munca în echipă. Sigur că ai putea să-i însărcinezi pe copii să curețe pe rând bucătăria, dar astfel ai pierde oportunitatea ca ei să lucreze ca o echipă.

Am învățat de la niște prieteni de-ai noștri un alt exercițiu bun de echipă. Când se duc la plajă, copiii ajută la adunarea tuturor lucrurilor pe care trebuie să le ia cu ei. Unul aduce prosoapele, celălalt plăcile de surf, altul încropește un coș de picnic pentru prânz. Cu toții fac treburi separate, dar sunt conștienți de faptul că trag împreună la aceeași căruță, și anume încearcă să ajungă la plajă cât mai repede cu putință.

Crizele sunt de departe cele mai bune oportunități pentru consolidarea echipei; și cu cât reușești să faci lucrul în echipă mai distractiv, cu atât mai bine. Când eram mic, aveam o conductă de scurgere care se revărsa o dată la un an sau doi, când era vreo ploaie torențială, și care amenința să inunde garajul (unde țineam tot felul de chestii care nu trebuiau să se ude, cum ar fi congelatorul). Imediat ce ne dădeam seama ce se întâmplă, ne îmbulzeam afară în ploaie, deseori în pijamale, peste care aruncam haine de ploaie și cizme de cauciuc, înarmați cu măști pentru a da afară apa de la intrarea garajului, în timp ce unul dintre noi scotea frunzele uscate din conductă de scurgere. Munceam împreună cam o jumătate de oră, de obicei râzând cu poftă, după care alergam înapoi în casă și ne prăbușeam pe canapea cu câte o cană de ciocolată fierbinte. Deși nu eram atât de sentimentali încât să admitem lucrul acesta, eram cu toții mulțumiți de puternicul spirit de echipă de care dădusem dovadă.

CRIZELE SUNT DE DEPARTE
CELE MAI BUNE
OPORTUNITĂȚI PENTRU
CONSOLIDAREA ECHIPEI.

Lasă-i să se distreze unul pe celălalt

Orice părinte cu un singur copil știe că aceasta poate fi o muncă tare dificilă. Trebuie să fii persoana care-l distrează, cel mai bun prieten și tovarăș de joacă și în același timp părintele lui, pentru că de cele mai multe ori nu există altcineva prin preajmă care să ocupe toate aceste funcții.

Din momentul în care ai mai mulți copii, ei pot juca aceste roluri unul pentru celălalt, lăsându-te pe tine liber să-ți vezi de treaba ta de a fi părinte (și poate-poate să citești din când în când ziarul cu picioarele pe masă). Nu, nu te eschivezi dacă procedezi astfel. Dimpotrivă.

Este mult mai bine pentru copiii tăi să se distreze unul pe celălalt decât ca tu să-i distrezi tot timpul. Bineînțeles, asta nu înseamnă că n-o să te mai joci niciodată cu ei. Dar când tu te joci cu ei, vii în general cu mai multe idei sau măcar le ghidezi ideile. Și dacă nu faci asta, atunci îi lași să facă ce vor ei fără să învețe să facă compromisuri. Vezi, oricum ai lua-o, tot nu câștigi.

Pe de altă parte, frații se pot juca împreună pe picior de egalitate. Sigur, unul dintre ei va fi dominant, iar celălalt va ceda mai des

(cu cât sunt mai mulți frați, cu atât mai complicate devin interacțiunile), dar trebuie să-i lași în pace. Nu le poți schimba caracterul și, în plus, vei descoperi probabil, atunci când în sfârșit vor fi mari, că cel care ceda întotdeauna este un mai bun diplomat și un mai bun jucător de echipă. Așa că rezistă tentației de a interveni pentru a echilibra balanța. E treaba lor și o vor rezolva în felul lor, cu certuri și tot dichisul.

E TREABA LOR ȘI O VOR
REZOLVA ÎN FELUL LOR,
CU CERTURI ȘI TOT DICHISUL.

Poate ai un copil care vrea să se joace cu fratele lui, în timp ce acesta vrea doar să fie lăsat în pace. Trecând peste prima soluție care-mi vine în minte, aceea de a avea un al treilea copil care să rezolve problema (ceea ce chiar s-ar întâmpla, dacă diferența de vârstă n-ar fi prea mare), aceasta este încă o situație în care trebuie să-i lași să-și rezolve singuri disputa. Vor sfârși printr-un compromis – singuraticul va deveni un pic mai sociabil, iar mondenul va învăța să se simtă bine și singur. Nu cred că iese cineva în pierdere, nu-i așa?

Deci nu te simți vinovat pentru ceașca aceea de ceai și pentru ziarul citit cu picioarele pe masă*, căci astfel faci ce-i mai bine pentru copiii tăi – te retragi și-i lași să se distreze unul pe altul.

* Știu, știu, mai ai un morman de rufe de călcat înainte de ceașca de ceai, plus bucătăria de curățat, de dat cu aspiratorul, de gătit două feluri de mâncare...

Niciodată nu-ți compara copiii unul cu celălalt

Cunosc un cuplu care are doi copii – unul (așa cum se întâmplă deseori) se poartă aproape întotdeauna frumos, iar celălalt este mai mult neastâmpărat. Până într-un punct este și vina părinților. De ce? Pentru că tot timpul îi spun celui neastâmpărat: * „De ce nu poți și tu să te porți la fel de frumos ca sora ta?” și dacă asta nu e o cârpă roșie agitată în fața unui taur, nu știu ce este.

Copiii tăi nu au cum să dezvolte o relație frumoasă dacă permiți ca între ei să se instaleze rivalitățile și gelozia. Așa că niciodată nu-i spune unuia că îl consideri pe celălalt mai bun la sport, mai deștept, mai haios sau mai talentat. Nu, asta nu înseamnă să preținzi că sunt exact la fel de buni în toate. Ar fi prostesc. Dar nu e cazul să subliniezi diferențele la care poate că ei nici nu s-au gândit și nu trebuie să comentezi niciuna dintre abilitățile lor în *relație cu ale celuilalt*.

Acesta este punctul critic. Îi spui copilului: „Chiar ai talent la desen”, fără să-i spui: „Ești mai talentat la desen decât fratele tău.”

* Corect, ai dreptate, tocmai am încălcat Regula 35. Dar copilul nu asculta.

La urma urmelor, de ce să te iei de săracul frate-său? Faptul că unul are mai mult talent decât celălalt n-are nicio relevanță, însă dă impresia că-ți vezi copiii mai degrabă „la pachet” decât ca indivizi de sine stătători. Iar în cazul ăsta, fratele mai puțin talentat rămâne cu impresia că el e umplutura din pachet.

Vom vedea la Regula 60 că poate fi un lucru bun să le spui copiilor la ce sunt buni. Acum încerc să spun doar că n-ar trebui să le tratezi talentele și slăbiciunile izolat de cele ale fraților lor. Până la urmă, nu contează că gătesc, cântă, socotesc, preiau mesaje telefonice, vorbesc franceza, spun glume, își perie părul sau orice altceva mai bine sau mai prost decât frații lor. Tot ceea ce contează este că pot s-o face.

Sigur, copiii s-ar putea să nu privească lucrurile în felul ăsta. Băieții sunt, de obicei, mai competitivi, dar și fetele pot oferi la rândul lor o concurență serioasă. Probabil că puștii te vor bate la cap cu întrebări gen: „Desenul meu e mai frumos decât al ei, nu-i așa?” sau: „Nu-i așa că eu alerg mai repede decât el?” Ei, ce-o să le răspunzi?

Ca răspuns o să faci ceea ce ai promis când erai copil că nu vei face niciodată când vei fi mare, și anume îi vei duce cu vorba. De exemplu: „E greu de spus. Ai desenat superb copacii ăștia. Modelul frunzelor e minunat. Pe de altă parte, ea a folosit culori tare frumoase.” Sau: „Păi tu ești cu doi ani mai mare, normal că alergi mai repede.”

Copii diferiți înseamnă reguli diferite

În general vorbind, nu consider această carte ca fiind una care să stârnească controverse. Nu asta e obiectivul meu – eu încerc doar să atrag atenția asupra câtorva principii-cheie, majoritatea de bun-simț, de altfel. Doar că probabil vor fi mai ușor de urmărit odată ce au fost formulate în cuvinte, plus că la unele poate nici nu te-ai gândit în mod conștient până acum. Cum am mai spus la începutul cărții – nu e o revelație. E doar un instrument care să te ajute să-ți amintești ce e important. Dar am o bănuială că, dacă cineva vrea să mă contrazică, asta este Regula pe care o va contesta. Pare să contrazică Regulile 24, 33, 54 și, probabil, alte câteva la care n-am ajuns încă. Dar e doar o părere.

Regula 12 era despre a-ți adapta așteptările cu privire la copiii tăi la realitatea caracterului lor individual. Această Regulă merge un pas mai departe – uneori trebuie să ai reguli diferite pentru fiecare dintre copiii tăi.

Copiii tăi nu sunt identici unul cu celălalt și de aceea cred că o abordare gen măsură-unică-ce-se-potrivește-oricui nu e corectă. Sigur că puștii tăi ar putea crede că sunt dezavantajați, așa că unele reguli chiar trebuie să se aplice oricui. Poți să le numești „regulile

casei” sau ceva de genul ăsta. E cât se poate de corect ca toți să meargă la culcare la ora stabilită sau să facă ordine în bucătărie după masă. Dar alte reguli vor trebui adaptate la personalitatea fiecărui copil.

O să fiu sincer cu tine. Când mi-am început cariera de părinte, mă gândeam că nu e drept să încalc regulile pentru un copil și să le respect pentru celălalt. Mi se părea evident că trebuie să ai aceleași reguli pentru toată lumea. Apoi copiii mei au început să crească. Și am realizat că unele reguli solicitau mult mai mult un copil decât pe celălalt. Iată un exemplu. Unul dintre fiii mei este dezordonat aproape de patologic. Este dezordonat la scară industrială.* El habar n-are că e dezordonat, fiindcă are o maladie ciudată care-l face incapabil să vadă haosul din jurul lui.

Să-i ceri lui să facă ordine nu e deloc același lucru cu a le cere fraților lui să facă ordine. El ar trebui să se străduiască de 20 de ori mai mult pentru că a) nu percepe dezordinea, b) nu înțelege de ce ar fi asta o problemă (pe el nu-l deranjează) și c) i-ar lua câteva ore pe zi. Așadar, aplicarea aceleiași reguli pentru toți frații ar fi teribil de nedreaptă pentru el.

Bineînțeles, nu scapă așa ușor. Dar ne mulțumim cu mai puțin decât în cazul celorlalți. Trebuie și el să facă ceva ordine, iar noi îi dăm o mână de ajutor dacă-l vedem că se străduiește. Oricum, pe măsură ce crește, preia din ce în ce mai mult răspunderea ordinii din jurul lui.

Acest fiu, trebuie să spun, are o foarte bună putere de concentrare; nu i se pare deloc dificil să stea pe scaun și să lucreze la tema pentru acasă o jumătate de oră fără pauză.

* Mda, iarăși Regula 35. Dar nu spun care fiu.

Însă unuia dintre frații săi (foarte ordonat) îi e greu să lucreze în etape mai lungi de 10 minute, așa că el are voie să se întindă cu temele pe tot weekendul, în sesiuni mai scurte.

Cu alte cuvinte, uneori aceleași reguli pentru toată lumea reprezintă singura abordare corectă, dar sunt momente când această abordare este nedreaptă și tu trebuie să cauți aceste momente. Important este cât de mult ceri de la fiecare copil.

IMPORTANT ESTE
CÂT DE MULT CERI
DE LA FIECARE COPIL.

Nu trebuie să ai un favorit

Să admiti că ai un copil favorit este unul dintre cele mai mari tabuuri. O mulțime de oameni îți vor spune categoric: „În niciun caz nu trebuie să ai un copil favorit.” Da, sunt sigur că așa ar fi drăguț, dar ce te faci dacă nu reușești să te împotrivești? Unii părinți n-au nicio problemă în sensul ăsta. Așa sunt ei, nu l-ar putea favoriza pe unul dintre copii nici dacă ar încerca. Alții, în schimb, nu se pot împotrivi să aibă o preferință și dacă ar spune că nu au un favorit, ar minți.

Dacă și tu faci parte dintre aceștia din urmă, soluția este, fără urmă de îndoială, minciuna. În nicio circumstanță nu ai voie să dezvălui nimănui care este copilul tău favorit, poate cu excepția partenerului. Îmi amintesc că bunica mi-a spus odată că sunt nepotul favorit al mătușii mele. Bineînțeles că eu m-am luminat tot, dar faptul că bunica mi-a spus acest secret n-a fost în ordine. Vezi, nu te poți baza pe faptul că oamenii nu vor spune ceva într-un moment de slăbiciune.

Știi un părinte care-mi spune că nu se poate abține să aibă un copil favorit, dar că preferatul nu e tot timpul același. Toți copiii lui au fost favoriți de-a lungul timpului și încă mai fac cu schimbul pentru postul de favorit, fără ca ei s-o știe. Părintele îmi spune că, de fapt, îi iubește în mod egal. Doar că deseori unul îi place mai mult.

Așadar, ce poți face dacă ai un copil favorit (în afară de a minți)? Ei bine, pentru început poți să te gândești dacă îl iubești mai mult sau dacă doar îl *placi* mai mult. Poate că te simți mai apropiat de el, ceea ce nu e același lucru cu a-l iubi mai mult. Poate că de fapt îți iubești copiii în mod egal, dar până acum nu ți-ai dat seama.

Pentru unii va fi suficient, dar nu pentru toți. Dacă simți totuși că îl iubești mai mult pe unul dintre copii, trebuie să lucrezi la relația ta cu celălalt/ceilalți. Caută în mod conștient calitățile pe care le-ai putea iubi la ei, petrece mai mult timp cu ei, găsește un interes comun și fă-ți timp să vă ocupați împreună de el – trenulețe, pescuit, cumpărături, filme de groază (aici vorbim despre copiii mai mari, evident), plimbări, mâncare, cai, fotbal, ce-o fi.

Apropo, copiii sunt în permanentă căutare de indicii care să le arate cine este favoritul tău. S-ar putea să te întrebe direct și chiar dacă din răspunsul tău nu răzbate nici cea mai mică aluzie cu privire la vreun preferat, îți pot răstălmăci intenționat spusele doar pentru a scoate de la tine această prețioasă informație. În general, dacă fiecare te acuză că-l preferi pe celălalt, probabil că te descurci bine. Dacă însă toți cred că ai același favorit – indiferent dacă e adevărat sau nu – trebuie să te îngrijești cu privire la semnalele pe care le transmiți copiilor.

ÎN NICIO CIRCUMSTANȚĂ
NU AI VOIE SĂ DEZVĂLUI
NIMĂNUI CARE ESTE
COPILUL TĂU FAVORIT.

Fă combinații și permutări

Această Regulă te ajută să consolidezi atât relațiile tale cu copiii, cât și relațiile dintre ei. De asemenea, e de mare ajutor, atunci când ești în pericol să ai un copil favorit, să respingi anumite calități la copiii tăi sau să simți că n-ai prea multe în comun cu ei.

Multe familii tradiționale (în special familiile de tip doi părinți + doi copii) au tendința de a petrece mult timp împreună. Poate în timpul săptămânii unul dintre părinți nu lucrează, poate în weekenduri ies cu toții la țară sau la munte. Cunoscut astfel de familii și, în general, acesta este recunoscut ca a fi un lucru bun.

Ei bine, da... și nu. Ce e prea mult strică. E important să te asiguri că petreceți timp în cât mai multe permutări și combinații posibile:

- Asigură-te că fiecare copil petrece suficient timp singur cu fiecare părinte
- Ambii/toți copiii își petrec timpul cu unul dintre părinți (când unul, când altul)
- Unul dintre copii stă cu ambii părinți în timp ce celălalt/ceilalți sunt în altă parte
- În cazul familiilor cu trei sau mai mulți copii, doi copii pot petrece timp cu unul dintre părinți în timp ce celălalt/ceilalți copii merg cu părintele numărul doi. Nu vă împărțiți mereu în același fel.

Procedând astfel ai ocazia să dezvolti relații speciale cu fiecare dintre copii. Poate *Copilul 1* gătește cu un părinte și merge la plimbare cu celălalt. În timp ce *Copilul 2* citește cu un părinte și se joacă în parc cu celălalt. Dacă fiecare copil are propriul lui lucru special pe care-l face singur cu fiecare părinte, cu toții se vor simți cu adevărat deosebiți.

ASIGURĂ-TE CĂ PETRECI
TIMP ÎN CÂT MAI MULTE
PERMUTĂRI ȘI
COMBINAȚII POSIBILE.

Sistemul este în special valoros dacă în familia ta există copii sau frați vitregi. Această abordare îi dă fiecăruia șansa de a dezvolta relații individuale cu ceilalți, în loc să-și vadă părintele vitreg, de exemplu, numai când frații și surorile lui vitrege sunt și ei de față.

Dacă ești părinte unic, bineînțeles că este mai dificil.* Dar, totuși, merită să valorifici fiecare oportunitate de a lăsa pe altcineva cu unul sau cu unii dintre copii în timp ce tu îți petreci timpul cu celălalt. Și atunci când ești singur cu unul dintre copii – poate că ceilalți sunt cu prietenii sau la o petrecere – fă ceva special cu el în loc să faci doar treabă în gospodărie, bucurându-te că sunt mai puține certuri ca zgomot de fond.

* Sau dacă ai 12 copii, îmi imaginez. Dar în cazul ăsta probabil că oricum n-ai găsit timp să citești această carte.

Găsește punctele forte ale fiecărui copil

Regula 42 a fost despre a te asigura că puștiul tău știe la ce este bun. Acest lucru este esențial, mai ales când ai mai mulți copii. Un lucru îți pot garanta: frații pot avea puncte forte diferite.

Talentele și vocațiile sunt deseori moștenite în familie. S-ar putea foarte bine ca, dacă unul dintre copiii tăi are talent la muzică sau este deosebit de athletic sau are un simț artistic foarte dezvoltat, sau aptitudini deosebite pentru studiu, la fel să fie și frații lui. Dar chiar și așa, poate fi dificil să fii un chitarist a cărui soră mai mare este un chitarist mai avansat. Poate copilul tău mai mic simte că ar avea mai mult succes ca violoncelist sau ca pianist. Trebuie să încurajezi aceste mici diferențe, astfel încât fiecare să poată străluci.

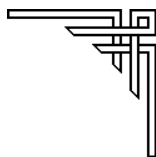
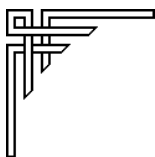
Oricum, abia când vine vorba despre personalitate se arată marile diferențe. În ciuda genelor lor, frații pot avea puncte forte complet diferite și tu trebuie să încurajezi aceste diferențe (fără a ignora Regula 56: Niciodată nu-ți compara copiii unul cu celălalt). Pe măsură ce cresc, copiii tăi vor avea nevoie să se dezvolte separat de frații lor pentru a-și găsi propria individualitate. Ei nu vor să crească fiind o copie la indigo a fraților sau surorilor lor, ci vor să fie ei înșiși. Tu îi poți ajuta încurajându-l pe fiecare în parte să aibă propriile lui puncte forte.

Acest lucru este valabil în special pentru frații mai mici, care deseori se luptă ani întregi pentru a fi mai buni la ceva decât frații lor mai mari. Oricum, e mai ușor pentru ei să aibă calități legate de caracter decât calități legate de abilități. Cu alte cuvinte, e mai ușor să fii cel mai curajos când ai 3 ani decât să fii cel mai bun la dictare. Sau – fără a-i compara unul cu altul – asigură-te că puștiul tău de 3 ani știe că este cu adevărat curajos sau bun, sau că are o memorie excelentă (unul dintre ai mei obișnuia să-mi reamintească întreaga listă de cumpărături la 3 ani, cu condiția ca lista să nu fi fost prea lungă – avea o memorie deosebită pentru genul acesta de lucruri).

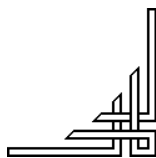
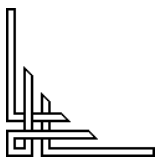
Încrederea copilului tău și sentimentul că joacă un rol important în familie cresc dacă el știe că are reale puncte forte în cadrul echipei. Așadar, ca *Părinte*, trebuie să descoperi care sunt calitățile lui, în special acele calități de pe urma cărora beneficiază întreaga familie – fie că se orientează foarte bine în excursiile lungi, gătește foarte bine, știe cum să-i facă pe toți ceilalți să râdă atunci când lucrurile merg prost, rezolvă cu ușurință probleme de logică, aplanează conflicte, rămâne calm în mijlocul situațiilor de criză sau e în stare să urmeze instrucțiunile tehnice (întotdeauna sunt recunoscători pentru asta, eu fiind practic incapabil să citesc aceste instrucțiuni).

O singură mențiune aici: asigură-te că nu-l alegi întotdeauna pe unul dintre copii pentru a fi „busola/bucătarul/diplomatul familiei” dacă și altuia i-ar plăcea rolul respectiv. Dacă tu crezi că te orientezi bine în spațiu, dar fratele tău este întotdeauna cel rugat să conducă grupul și ție nu ți se oferă nicio șansă pentru a dovedi că poți și tu s-o faci, asta poate fi destul de demoralizant. Așa că verifică dacă nu este nimeni trecut cu vederea, pur și simplu din obișnuință și fără voie.

ÎNCREDEREA COPILULUI TĂU
CREȘTE ENORM DACĂ ȘTIE
CĂ ARE REALE PUNCTE FORTE
ÎN CADRUL ECHIPEI.



REGULI PENTRU ȘCOALĂ



Fie că-ți place sau nu, copilul tău trebuie să meargă la școală. Și deși nu este cu tine atunci când e la școală, atitudinea ta va influența enorm felul în care el se descurcă – și nu mă refer doar la acumularea de cunoștințe.

Copilul tău va petrece mai multe ore la școală decât cu tine în timpul semestrelor, cel puțin ore în care e treaz (presupunând că la școală stă treaz). Această parte din viața lui e deosebit de importantă pentru el și are nevoie să simtă că și pe tine te interesează subiectul, că te preocupă și că te implici, chiar dacă de la distanță.

De pe la 6 ani și până când face 16 sau 18 ani, aceste câteva Reguli te vor ajuta și pe tine, și pe el/ei să treceți mai fericiți prin cariera de școlar.

Școala nu e același lucru cu educația

Cunosc oameni care au terminat școala la 16 sau la 18 ani și care nu știu nimic – ei, poate că știu unde este Burkina Faso și care e treaba cu abolirea legilor porumbului (pe mine, unul, asta mă depășește)*. Cu alte cuvinte, informație. Asta îți oferă școala: informație. OK, și câteva abilități analitice cum ar fi extragerea rădăcinii pătrate și gramatica limbii latine, pe care probabil că le vei folosi foarte puțin sau deloc. Unele sunt utile, cum ar fi limbile străine, dar altele aparent n-au nicio valoare.

ASTA ÎȚI OFERĂ ȘCOALA:
INFORMAȚIE.

Nu mă înțelege greșit, nu critic școala. Îți predă să înveți – ceea ce reprezintă o abilitate utilă pentru tot restul vieții tale –, dar îi ia 10-12 ani pentru a face asta. Și gândește-te la toate lucrurile despre care *nu* te învață pe parcursul acestor ani formativi.

** Legile porumbului au fost taxe vamale create pentru a proteja prețul porumbului britanic de competiția formată de importurile de grâne, mai ieftine. Legile porumbului (valabile între 1815 și 1846) au sporit profiturile și puterea politică asociate cu deținerea de pământ.*

„Dar școala te învață să pierzi și să câștigi“, parcă te aud spunând. „Pentru ce e ora de sport?“ Da, știu că școala îți dă ocazia să exersezi multe lucruri (și să nu exersezi multe altele), dar nu te învață cum să procedezi corect. Te lasă să pierzi urât de fiecare dată, dacă asta este înclinația ta naturală. În orice caz, lucrurile pe care copiii tăi le exersează la școală sunt aceleași pe care ar putea să le exerseze și în afara școlii. De fapt, petrecerea timpului printre copii este cea care îi învață ce tip de comportament este și nu este acceptabil în societate. Profesorii n-au nicio legătură cu asta. Copiii ar putea învăța aceleași lucruri în orice grup de copii – printre vecini sau la clubul de fotbal sau în timpul recreațiilor.

Ce vreau de fapt să spun este că a-ți duce copii la școală nu este același lucru cu a-i educa. Școala e importantă, dar nici pe jumătate atât de importantă ca o bună educație. Treaba școlii este să-i scolească (da, indiciul este chiar în nume), dar rămâne treaba ta să-i educi. Nu aștepta de la școală să facă asta în locul tău.

Cunosc copii care au fost educați acasă* și care au devenit mai capabili, mai compleți și mai maturi decât copiii care au fost la școală. Ceea ce demonstrează că școala nu este necesară pentru o bună educație. Nu te baza pe faptul că școala îți va da copilului tău altceva util în afară de informație și de câteva cunoștințe stranie (de exemplu, cum să cânti la mandolină sau cum să diseci o broască). Restul e în mâna ta.

* În Marea Britanie, educarea la domiciliu este o opțiune aleasă de unii părinți; majoritatea optează totuși pentru sistemul de învățământ clasic, de stat sau privat.

Școala vine «la pachet»

Nu există școală perfectă. Școala la care merg copiii tăi are câte-va sute, dacă nu chiar câteva mii de părinți; nu există modalitate prin care cu toții să fie de acord cu tot ceea ce face școala. Dacă fiecare politică a școlii ar trebui stabilită printr-o decizie comună a TUTUROR părinților, aceștia n-ar fi în stare să hotărască nici la ce oră să înceapă orele dimineța.

Așadar, bineînțeles că nu vei fi de acord cu unele lucruri. Cantitatea de teme pentru acasă, severitatea pedepselor – sau lipsa lor, uniforma stupidă pe care trebuie s-o poarte, faptul că sunt obligați să joace fotbal chiar dacă nu le place, faptul că profesorii sunt prea bătrâni, faptul că profesorii sunt prea tineri, limba străină predată, care este spaniola, în loc să fie germana, faptul că elevii se joacă înăuntru atunci când plouă... etc.

N-ai ce face. Da, ai putea schimba școala, dar următoarea va avea exact la fel de multe lucruri care o să te irite. Doar că vor fi altele. În plus, copilul tău nu poate face nimic. Ceea ce înseamnă că dacă-l încurajezi să submineze sistemul, nu reușești decât să-i faci mizerabilă întreaga viață de școlar. O să aibă probleme cu profesorii și e posibil să ajungă ținta glumelor colegilor. Nu, categoric copiii nu au nevoie de mesaje contradictorii de la școală și de acasă.

Ceea ce trebuie să înțelegi cu privire la orice școală este că vine „la pachet”. Sunt lucruri care-ți plac la ea și lucruri care nu-ți plac. Dacă cele care nu-ți plac depășesc plusurile, poate că trebuie să te gândești să schimbi școala – dar asta-i altă problemă. Atâta timp cât ai optat pentru o anumită școală, trebuie să cumperi întregul pachet.

Asta înseamnă că trebuie să susții școala, chiar și lucrurile cu care nu ești de acord. Trebuie să-ți încurajezi copilul să-și facă temele, chiar dacă părerea ta e că sunt prea multe. Și trebuie să-l convingi să poarte uniforma aceea stupidă sau să joace hochei sau să-și respecte profesorii, chiar dacă aceștia nu-l respectă.

CEEA CE TREBUIE SĂ ÎNȚELEGI
CU PRIVIRE LA ORICE ȘCOALĂ
ESTE CĂ VINE „LA PACHET”.

Poate te întrebi ce-ar trebui să faci dacă copilul te întreabă direct: „Ți se pare corect să avem atâtea teme pentru acasă?” Să-l minți? Ei bine, îi poți spune exact ce ți-am spus și eu un pic mai devreme: este vorba despre un pachet și, atâta timp cât ești la această școală, respecti toate regulile din pachet. Astfel îți și educi copilul (vezi Regula 61), comunicându-i cum să se comporte ca parte a unui grup social. A coopera cu sistemul este mai important decât a fi de acord cu el.

Și dacă vrei să mă contrazici, te rog, citește următoarea Regulă înainte de a începe să-mi scrii.

Fii de partea copilului tău

Regula 62 a fost despre susținerea școlii, chiar și atunci când nu ești de acord cu tot ceea ce presupune ea. Dar nu trebuie să faci asta necondiționat. Da, trebuie să susții politicile și sistemul în general ca fiind partea voastră din înțelegere. Dar pot apărea probleme ce țin strict de copilul tău și nu poți lăsa școala să se ocupe de ele.

Copilul tău trebuie să știe că ești de partea lui. Când apar probleme serioase, tu ești singurul apărător al cauzei lui – și uneori are nevoie de un apărător puternic. Dacă școala nu face destule pentru a preveni bătăile dintre elevi sau dacă nu recunoaște dislexia copilului sau dacă un anumit profesor îi face puștiului tău viața amară, bineînțeles că trebuie să faci ceva în sensul ăsta. Copilul are nevoie să știe că ești lângă el atunci când lucrurile îi scapă de sub control. Țasta e rolul părinților. Altfel, copilul înțelege că tu permiți ca el să continue să sufere.

COPILUL ARE NEVOIE
SĂ ȘTIE CĂ EȘTI LÂNGĂ EL
ATUNCI CÂND LUCRURILE
ÎI SCAPĂ DE SUB CONTROL.

Poate fi dificil, ca adult, să-ți amintești sentimentul de neputință care te încerca uneori când erai copil. Situații cu care acum ne descurcăm fără probleme erau îngrozitor de descurajante când eram copii. Iar dacă acum ți se pare rezonabil să suporti un anumit lucru timp de câteva luni, amintește-ți că, atunci când aveai 5 sau chiar 15 ani, ți se păreau nesfârșite cele câteva luni care se întindeau înaintea ta. Îmi amintesc senzația de rău pe care o aveam înaintea unei lecții în care trebuia să mărturisesc că nu mi-am făcut tema (din nou). Dacă m-ai pune acum în fața aceluiași profesor și el ar încerca să ție la mine așa cum făcea atunci, aș fi suficient de puternic și aș avea suficientă încredere în mine încât să-l tratez așa cum mă trata și el pe mine. Dar atunci nu puteam. Copiii sunt condiționați să accepte autoritatea profesorului și efectiv nu au capacitatea sau influența necesară pentru a se lupta cu sistemul. Aici intri tu în scenă.

Mă întreb dacă e bine că am folosit cuvântul „luptă” în cadrul acestei Reguli. Pentru că, bineînțeles, calea diplomatică este mai potrivită decât cea beligerantă, iar eu nu te sfătuiesc să dai buzna în biroul directorului făcând solicitări furioase. Întotdeauna e mai eficient să arăți că înțelegi și punctul de vedere al celuilalt, apoi să-l ghidezi delicat către punctul *tău* de vedere. În această situație, un *Părinte* își dovedește cu adevărat măiestria. Pentru că, *Părinte* fiind, știi să abordezi situația cu grijă pentru a te asigura că nu pierzi sprijinul directorului încă înainte de a-ți începe pledoaria.

Merită să-ți atrag atenția că Regula 63 funcționează mult mai bine dacă respecti Regula 62. Cu alte cuvinte, dacă școala te privește ca pe un părinte care de obicei nu se plânge, vei fi luat mai în serios atunci când vei fi nemulțumit. Dacă ai cârcotit și ai criticat în continuu de la începerea școlii și până în prezent, reprezentanții școlii îți vor fi pus eticheta de *părinte din acela* și vor fi mult mai puțin dispuși să te asculte atunci când apare ceva cu adevărat important.

Bătăile între copii sunt întotdeauna serioase

Știi un puști pe care-l cheamă Nelu și care își urăște numele pentru că rimează cu prea multe, iar colegii lui de clasă au remarcat, în mod evident, lucrul acesta. „Neluțu, Neluțu își udă pătuțu” este una dintre favoritele lor.* Până la un punct (patetic, oricum) e destul de amuzant, dar lui Nelu nu i se pare la fel.

Pentru părinți e foarte ușor să ignore astfel de lucruri. Ei îi spun copilului: „Nu lăsa niște simple cuvinte să te rănească.” *Părinții*, pe de altă parte, au mai multă minte. Sigur că e mai bine să fii un pic necăjit cu niște rime nevinovate decât să fii zilnic lovit pentru a ți se lua banii de buzunar (acesta fiind nivelul de agresiune despre care vom vorbi în Regula următoare). Dar nu toate batjocurile verbale intră în categoria „distracție nevinovată”. Unele pot fi foarte dure-roase și dăunătoare pentru copii.

Singurul lucru care contează este ce simte copilul tău. N-are importanță dacă un copil îi pune porecle sau întreaga clasă îl ocolește.

* Bineînțeles, sunt sigur că ar fi găsit alte rime echivalente dacă numele lui ar fi fost Radu sau Marin, sau Dragoș. Deși poate nu și dacă l-ar fi chemat Erasmus sau Quauhtli. Dar atunci ar fi avut o cruce și mai mare de purtat.

Nu contează dacă un puști l-a lovit ieri în fluierul piciorului sau dacă o bandă îl maltratează regulat. Nu contează dacă tu personal alegi să numești ceea ce i se întâmplă bătaie de joc sau luat peste picior sau bătaie. Singurul mod în care poți judeca severitatea problemei este să vezi cât de mult îl afectează pe copilul tău.

Și dacă copilul este rănit și supărat, trebuie să faci ceva. Vrei să faci ceva, evident. Atunci pune mâna și acționează. În funcție de circumstanțe, s-ar putea să vrei să discuți cu copilul pentru a vedea cum poate face față situației (vezi Regula 65) sau s-ar putea să vrei să vorbești cu un reprezentant al școlii. Sau poate ai un alt as în mânecă (schimbarea pe cale legală a numelui lui Nelu mi se pare totuși un pic cam drastică). Dar trebuie să-i arăți copilului că, dacă el ia lucrurile în serios, atunci și tu faci la fel.

Aș recomanda prudență în abordarea directă a celorlalți părinți. Dacă ți s-ar spune că puștiul tău a lovit alți copii, probabil că te-ai grăbi să-i iei (instinctiv) apărarea, cel puțin în public, indiferent ce i-ai spune după aceea în particular. Majoritatea întâlnirilor dintre părinți în astfel de situații se termină cu supărare și cu poziții mai ferme decât la început. Deci nu încerca, decât dacă ești foarte sigur că vei îmbunătăți situația în loc să o înrăutățești.

**TREBUIE SĂ-I ARĂȚI COPILULUI
CĂ, DACĂ EL
IA LUCRURILE ÎN SERIOS,
ATUNCI ȘI TU FACI LA FEL.**

Învăță-i să se apere

Nu, nu sugerez că ar trebui să-i spui copilului să pocnească în nas pe oricine îi face zile fripte. Dar bătaia este o parte a naturii umane și se întâmplă în toate școlile (deși unele se ocupă mai bine decât altele de această problemă), așa că trebuie să fii pregătit. Dacă puștiul tău este lovit, am văzut deja că trebuie să acționezi. Eu sunt aici ca să vorbesc despre Reguli și nu am suficient spațiu pentru o carte întreagă despre cum să reacționezi în caz de bătaie, dar s-ar putea ca exact asta să-ți trebuiască.*

Deci despre ce este vorba în această Regulă? Ei bine, dacă puștiul tău se confruntă – sau s-ar putea confrunța – cu bătaia, cel mai important lucru pe care-l poți face este să-l înveți cum să se comporte până nu se ajunge prea departe. Știi de ce sunt copiii loviți de către alți copii? Pentru că sunt diferiți. Cercetările au demonstrat că 75% din copii au fost cel puțin o dată luați peste picior sau loviți din cauza aspectului lor. Iar unul din cinci a chiulit sau s-a prefăcut bolnav pentru a evita să fie batjocorit pe seama felului în care arată. Cam înfricoșătoare cifre, așa-i?

Cele două metode tradiționale de a te ocupa de problema bătăilor între copii sunt la extreme opuse.

* Dacă vrei să aprofundezi subiectul, îți recomand „Ajutor! Sunt bătut” de Dr. Emily Lovegrove, scrisă astfel încât să o poți citi și tu, și copilul tău.

O școală de gândire spune că ar trebui să-i spui copilului că dacă e lovit să lovească și el. Cu toate acestea, deloc surprinzător (deși s-ar putea ca metoda să și funcționeze), metoda duce mai des la agravarea situației decât la rezolvarea ei. Celălalt sfat popular este să ignori totul și bătaia se va opri. Țsta e un sfat pe care părinții îl dau pentru că ei vor să fie adevărat. Dar nu este. Toate dovezile arată că se întâmplă exact pe dos.

Așadar care-i răspunsul? Tot ce poate face copilul tău mai bun este să pară încrezător, să se uite în ochii atacatorului și să-l distragă pe acesta schimbând subiectul. Sigur că nu merge de fiecare dată, dar dacă copilul are o încredere în sine naturală, are respect de sine și are grijă de felul cum arată, pe jumătate a scăpat nelovit din start. Iar tu poți să-i oferi toate acestea cu mult înainte de a întâlni primul bătauș.

Nu spun că e vina ta – sau a lui – dacă e lovit. Și categoric nu e vina lui dacă poartă ochelari sau are o dizabilitate. Dar cunosc copii care poartă ochelari sau care au dizabilități sau care sunt desfigurați și care nu sunt niciodată loviți. Totul se rezumă la a nu le oferi celorlalți copii ocazia de a pune ochii pe puștiul tău. Sigur, un pieptănat mai degrabă superficial nu va fi observat dacă apare ocazional, dar veșnica murdărie sau mirosul neplăcut sau părul încâlcit vor fi. Am avut un coleg căruia toată lumea îi spunea „Stan mirositorul”. Nici nu-mi aduc aminte care era numele lui de familie. Dar îmi amintesc cum mirosea și justificarea pe care o oferea tuturor de a se lua de el.

Poți să previi situațiile în care copilul tău este lovit de alți copii asigurându-te că are:

- încredere în el
- greutatea optimă (mai bine zis, nu e supraponderal)

-
- un aspect plăcut (curat și îngrijit, cu unghiile tăiate, cu părul curat și pieptănat etc.).

Este un început excelent și dacă, în plus, îl înveți și despre importanța de a-i privi pe ceilalți în ochi și de a nu se lăsa intimidat, vei ști că ai făcut tot ceea ce ți-a stat în puteri pentru a-l proteja încă înainte de a începe necazurile.

NU E VINA TA
– ȘI NICI A LUI –
DACĂ E LOVIT.

Tolerează-i pe prietenii lui care nu-ți plac

Au copiii tăi prieteni de care nu ești tocmai entuziasmat? Cel de la grădiniță care-i trage pe ceilalți copii de păr atunci când nu se uită nimeni? Fetița din clasa a 5-a care e prietena ei cea mai bună azi și mâine nici nu-i vorbește? Cel de 15 ani care toată ziua chiulește (și ești absolut sigur că fumează)?

Da, de-a lungul vieții de școlar a copilului tău vor exista și prieteni pe care ți-ai dori să nu-i aibă. Poate simți că-l necăjesc sau că au o influență proastă asupra lui, ispitindu-l să fie obraznic cu profesorii sau să tragă chiulul. Mama nu suporta niciun prieten de-al meu care nu vorbea „cum se cuvine” (asta chiar era o problemă la școala din sudul Londrei la care m-a înscris). Totuși, cel puțin n-a aflat niciodată despre cel care m-a învățat să fac bombe artizanale în magazia din grădina lui.

Ce poți face? Păi, presupunând că ai citit titlul Regulii, știi ce-o să spun. Într-adevăr – poți să-i tolerezi. Copilul tău trebuie să învețe să-și aleagă singur prietenii, chiar dacă tu nu ești de acord cu alegerile lui. Trebuie să decidă pentru el însuși dacă s-a săturat ca Julia să joace alba-neagra cu prietenia lor. Sau dacă chiulul cu Jake în timpul orei de franceză e într-adevăr o idee bună.

În final, deciziile lui vor fi influențate de valorile pe care ai reușit să i le insuflă. E nevoie de timp – trebuie să experimenteze cu prieteni nepotrivii pentru a-i recunoaște pe cei potriviți. Așa că nu te mai da de ceasul morții dacă îți petrece timpul cu o „gașcă sălbatică” la 6 ani. Până la urmă, faptul că ai fost și ești un bun părinte îți va arăta roadele.

Între timp, el învață o mulțime de lucruri de la prieteni, fie ei buni sau răi. Faptul că ai picat la franceză pentru că n-ai ajuns nicio dată la ore te învață de fapt mult mai multe decât dacă ai fi mers la toate orele și ai fi trecut fără probleme.* Prietenii nepotrivii îl pot învăța o grămadă de lucruri pe puștiul tău.

Oricum, de unde știi că prietenii lui sunt nepotrivii? Poate copilul tău are o latură sălbatică pe care are nevoie să și-o manifeste, chiar dacă tu n-o împărtășești sau nu-ți place. Și poate puștiul acela care fumează este extraordinar de loial. Iar copilul care se joacă cu emoțiile fiicei tale o apără de bătaușul clasei. Sau e capabil s-o facă să râdă atunci când are o zi proastă. Sigur că nu trebuie să tolerezi ca puștiul tău să fumeze sau să vandalizeze mașini, dar chiar și prietenii lui care fac așa ceva pot fi totuși valoroși ca prieteni.

DE UNDE ȘTII CĂ PRIETENII LUI SUNT NEPOTRIVIȚI?

Personal, deși am favoriți printre prietenii copiilor mei, îi tolerez cu plăcere pe toți. Chiar și cei care-mi plac cel mai puțin le oferă copiilor mei câte ceva ce merită să aibă. Doar cu unii dintre părinți am o problemă.

** Ei, evident că în felul ăsta nu înveți prea multă franceză...*

Amintește-ți că ești părinte, nu profesor

Bineînțeles că vrei ca puștii tăi să se descurce bine la școală, să-și ia examenele cu note mari, ba poate chiar te gândești deja la viitor, când ai vrea să prindă un loc la una dintre cele mai bune universități. Așa că poate fi realmente tentant să-i implici cât mai mult în activitatea școlară – fie că asta înseamnă să le verifici tot timpul temele, fie să vrei să adaugi cunoștințele tale la ale lor.

Un tată pe care-l cunosc își întreabă în mod regulat copiii despre ce au învățat la școală în săptămâna care s-a încheiat, apoi petrece jumătate din weekend încercând să le spună tot ceea ce știe *el* despre subiectele respective (ceea ce este convins că reprezintă mai mult decât știu profesorii înșiși). Ce mod minunat de a-i determina pe copii să nu mai învețe și de a-i suprasolicita!

Hai să lămurim un lucru. Rolul profesorilor este acela de a-i transmite copilului tău informații și de a-l antrena pentru a-și lua cu bine examenele. Tu, pe de altă parte, nu ești profesorul copilului tău. Tu îi poți permite să greșească fără să-l corectezi, pentru a-i da șansa de a învăța din propriile-i greșeli. Tu poți accentua importanța tuturor acelor trăsături de caracter esențiale pentru viață despre care am vorbit mai devreme (de exemplu, Regula 11), pen-

tru care școala nu-l pregătește deloc, dar care sunt de fapt mult mai importante decât rezultatele școlare. Îl poți încuraja să încerce lucruri noi (vacanțe în străinătate, cursuri de karate, navigație), să-și descopere interese noi, să cunoască oameni noi. Îl poți încuraja să citească mult și să fie interesat de lumea din jurul lui, să pună întrebări și să-și formeze propriile opinii.

Sunt momente în care școala îi poate domina cu ușurință viața, iar copilul are nevoie ca tu să-l menții ancorat în realitate. Dacă irosești timpul pe care-l petrece acasă cicalindu-l cu făcutul lecțiilor și întrebându-l într-una despre teste și insistând să-i spui tot ce știi despre Henric al VIII-lea, școala va pătrunde în toate ungherele vieții lui. Iar dacă un profesor l-a certat pentru ceva, nu e cazul să-l certți și tu din nou. O dată e suficient. Nu trebuie să subminezi școala (Regula 62), sugerând că profesorul a fost meschin, dar îi poți spune copilului: „Trebuie să faci așa cum ți se cere la școală chiar dacă nu ești întotdeauna de acord; dar de vreme ce ai fost o dată muștrat n-o să te mai cert și eu.” Apoi schimbă subiectul.

Da, știi că trebuie să-și facă temele și că dacă nu-l întrebi unde e echipamentul de sport n-ai cum să i-l speli (și că n-ai de unde să știi că șosetele se odihnesc cumiți în penar), dar lasă-l să evadeze cât mai mult departe de școală. Cu cât copilul e mai mare, cu atât mai dominantă devine școala în preocupările lui, cu ore mai multe și cu mai multe teme pentru acasă și cu presiune mai mare înaintea examenelor, așa că e important să-i dai o șansă să scape de toate astea atunci când sună clopoțelul.

Ceea ce nu înseamnă că nu trebuie să arăți un interes sănătos pentru ceea ce face la școală sau că nu trebuie să discuți cu el despre subiectele de care se arată interesat. Nu, înseamnă doar să-i oferi o

fără de liniște și un pic de spațiu și să-l ajuti să-și lărgască orizonturile gândindu-se sau făcând și altceva.

SUNT MOMENTE ÎN CARE
ȘCOALA ÎI POATE DOMINA
CU UȘURINȚĂ VIAȚA,
IAR COPILUL ARE NEVOIE
CA TU SĂ-L MENȚII
ANCORAT ÎN REALITATE.

Nu-i cocoloși

Pun pariu că și în clasa puștiului tău sunt câțiva copii care nu sunt aproape niciodată la școală. Mai ales iarna. Sunt mereu acasă din cauza tusei sau a alergiei imaginare*, ținută în puf de părinții lor. Iar când sunt la școală nu se joacă și nici nu fac sport pentru că îi doare un deget sau le-a fost puțin rău ieri dimineată. Am fost coleg cu un tip care stătea acasă ori de câte ori alergia lui (avea febra fânului) se înrăutățea. Pierdea nenumărate ore importante, iar prietenii lui se obișnuiau fără el toată vara, așa că toamna când revenea nu reușea să se mai integreze. Toate astea – pentru ce? Avea acasă o grădină uriașă, deci probabil că starea lui ar fi fost mai bună dacă ar fi venit la școală unde aveam asfalt și dale de piatră.

Să-ți spun ceva ce am observat de-a lungul anilor. Părinții care-și țin copiii acasă de la primul strănut sunt aceiași care nu se duc ei înșiși la serviciu fie pentru că-i doare capul, fie pentru că au guturai. Iar copiii lor devin persoane din acelea care se vaită și se așteaptă să fie îngrijite ori de câte ori le curge puțin nasul, adulți care cred că nu trebuie să mai lucrezi dacă ești puțin ciupit de răceală.

Am vești pentru acei părinți (nu pentru tine, evident, tu n-ai face așa ceva): dacă ești răcit, vei fi răcit și la serviciu și acasă. Așa că poți foarte bine să te duci să lucrezi. Același lucru este valabil și pentru copiii tăi.

* Nu mă stârni. Știu că unele alergii sunt reale și serioase. Tocmai de aceea mă enervează atât de tare toți prefăcuții care subminează credibilitatea celor ce suferă cu-adevărat.

Nu le faci niciun bine învățându-i să se aștepte ca toată lumea să se oprească în loc pentru ei ori de câte ori nu se simt în apele lor. Și viitorii lor șefi nu-ți vor mulțumi nici ei, de vreme ce, cu regret, îi vor sări cu promovarea și de data aceasta pentru că, deși munca lor e minunată, cu prezența stau cam prost.

Ce s-a întâmplat cu bunele și demodatele valori ca rezistența stoică în fața adversităților, simțul etic și toate celelalte? Noi, *Părinții*, vrem să avem copii sănătoși și duri, nu niște fluturași suferinzi și ciudăței. Destul de interesant e că am lucrat, în timp, atât cu oameni pe care te puteai baza chiar și atunci când nu le era bine, cât și cu oameni care-și luau liber la primul strănut. Și știi ceva? Cei care mergeau înainte se îmbolnăveau mult mai rar decât cei care-și plângeau toată ziua de milă.

CE S-A ÎNTÂMPLAT
CU BUNELE ȘI DEMODATELE
VALORI CA REZISTENȚA STOICĂ
ÎN FAȚA ADVERSITĂȚILOR,
SIMȚUL ETIC
ȘI TOATE CELELALTE?

Sigur că o să-ți ții copilul acasă dacă este într-adevăr bolnav, dar altfel nu. Dacă e suficient de zdravăn încât să întoarcă casa cu susu-n jos, poate să meargă și la școală. Trebuie să stea acasă doar atunci când este atât de bolnav încât zace în pat sau pe canapea, sub pătură. Altfel pierde și lecțiile, și distracția cu prietenii, ceea ce nu-i face niciun bine. Și hai să lăsăm deoparte argumentul cu „să nu împrăștie germenii la școală”.

De unde crezi că a luat microbul? Dacă acesta e suficient de blând încât copilul să meargă la școală și dacă doctorul nu spune altceva, e clar că nu va face niciun rău restului clasei.

Așadar, nu-ți cocoloși copilul. Fii înțeleghător, bineînțeles – nu e foarte amuzant să fii răcit –, dar nu-l lăsa să crească cu ideea că a fi răcit e o scuză pentru o zi liberă.

Micșorează presiunea

Copilul tău va dori să aibă rezultate bune la școală. Fie că e vorba despre examene sau despre evaluare continuă, fie că vrea pur și simplu să se descurce bine sau că are nevoie de rezultatele respective pentru a aprofunda un anumit domeniu sau pentru a ajunge la cursul pe care-l dorește – va trebui să promoveze și, probabil, nu oricum, ci cu note bune.

El știe acest lucru. Profesorii îi spun încontinuu acest lucru. Prietenii îi spun încontinuu acest lucru. El își spune încontinuu acest lucru. Zău că n-are nevoie să-i mai spui și tu același lucru. Prea multă presiune poate fi contraproductivă și poate duce la reale și uneori serioase probleme psihologice pentru copii.

Așadar, ce ai tu de făcut? Tu trebuie să ai grijă ca el să rămână ancorat în realitate. De exemplu, când ai 16 ani, probabil că școala îți dă impresia că întreaga ta viață atârână de rezultatele la examene. Ei bine, de cele mai multe ori nu e așa. Cu excepția cazului în care ești absolut disperat să devii doctor sau veterinar sau ceva de genul ăsta, caz în care admit că rezultatele bune la examene sunt destul de utile. Eu am picat la o mulțime de examene și asta nu mi-a dăunat cu nimic. Einstein a picat „cu brio” la examenul de absolvire. (Observă cum m-am plasat în aceeași categorie cu Einstein, numai pentru a mă simți bine!)

Trebuie să te gândești la stresul pe care-l suportă copilul tău în legătură cu examenele. Este foarte probabil ca el să simtă deja o presiune un pic prea mare, chiar și fără contribuția ta. Așa că, decât să mărești presiunea, mai bine adaugi un pic de perspectivă în viața copilului tău. E greu să privești mai departe de sfârșitul școlii când ești copil, așadar treaba ta este să-l asiguri pe puști că în viață există lucruri mai importante decât rezultatele la învățătură și că și cei care pică la examene pot deveni foarte bine adulți fericiți și împliniți. Da, dacă obțin rezultate bune va fi minunat, dar dacă nu, lumea nu se va prăbuși. Dacă bietul copil este deja suprasolicitat, atunci trebuie să-i spui ceva care să-l relaxeze și să-i dea mai multe șanse să reușească decât să aibă o cădere nervoasă. Iar dacă asta înseamnă să-l asiguri că totul va fi în regulă indiferent ce se întâmplă, atunci asta vei face.

Dar să presupunem că ție ți se pare că puștiul nu e suficient de stresat, că nu ia problema examenelor prea în serios și că nu realizează adevăratele implicații ale rezultatelor lui școlare. În acest caz poți accentua implicațiile fără să-i spui să muncească mai mult și fără să-l întrebi dacă își permite într-adevăr să se uite la televizor sau să iasă cu prietenii. Poți face asta punându-i întrebări: Ce șanse crezi că ai să ieși examenul? Te-ai gândit la ce-o să se întâmple dacă pici?

În final, el trebuie să decidă dacă va munci din greu sau nu. Nu-l poți forța. Chiar dacă-l încui în camera lui, nu ai nicio garanție că va învăța. Așa că decât să-l stresezi și mai mult, n-ar fi mai bine să fii salvatorul lui? Evadarea lui? Și odată ce-și va da seama că nu-l pui să învețe, e mult mai probabil să înceapă să se autodisciplineze.

**ÎN FINAL, EL TREBUIE
SĂ DECIDĂ DACĂ VA MUNCII
DIN GREU SAU NU.**

Copiii trebuie să facă propriile alegeri și să le urmeze

Când aveam 16 ani am hotărât că vreau să dau la Silvicultură. Am fost acceptat și tocmai când să încep cursurile am anunțat brusc că, de fapt, vreau să merg la școala de artă. Ei, o mică schimbare... Mama trebuie să fi avut o părere despre toate astea, dar a păstrat-o în mod admirabil pentru sine și mi-a susținut alegerea. Nici azi n-am idee care dintre cele două variante credea ea că e mai potrivită pentru mine (sau dacă credea că mi se potrivește vreuna).

Nu poți să nu ai o opinie despre majoritatea alegerilor pe care le face copilul tău, dacă-l iubești. Îți faci griji că subiectul pe care l-ai ales pentru proiectul de licență i se va părea prea dificil sau că va regreta că a renunțat la spaniolă, sau că a ales fizica doar pentru că-i place profesorul. Dar n-ai ce face. Poți să-l ajuți (ușurel, fără presiuni și fără a-ți exprima preferința) să ia cea mai bună decizie posibilă și apoi trebuie să-l susții în ceea ce privește decizia lui, chiar dacă tu ești îngrijorat că nu e cea mai bună alegere.

Pune-ți câteva întrebări: „Ce-o să se întâmple dacă nu face alegerea pe care eu cred c-ar trebui să le facă?”, „Vreau să facă această alegere pentru el sau pentru mine?” Știi că ești un *Părinte* și că n-ai încerca în mod conștient să-ți îndrepti copilul spre o carieră sau spre un

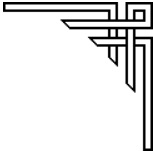
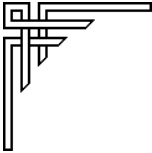
drum în viață care n-a fost propria lui alegere, dar e foarte ușor să crezi că tu știi mai bine. Poate te gândești că te bazezi, în alegerea ta, pe ceea ce e mai bine pentru el, dar chiar și așa s-ar putea să greșești.

Treaba ta ca părinte, așa cum repet într-una, este mult mai amplă decât rolul școlii. Tu nu-l înveți chimie sau muzică, sau engleză. Tu-l înveți aptitudini utile pentru viață. Și asta include lucruri ca luarea de decizii. Iar dacă nu-l lași să ia propriile decizii și să le urmeze, nu-i ești de niciun ajutor.

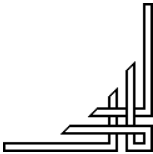
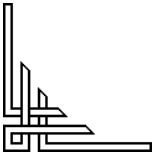
Întâmplător, n-am devenit silvicultor și nici artist. Am făcut o groază de lucruri până să mă potolesc și să devin scriitor. Am o prietenă care la școală se chinuia să se hotărască dacă să studieze latina sau rusa și care acum conduce o agenție de forță de muncă. Și o alta care nu se putea decide dacă să dea la filozofie sau la sociologie. Lucrează pentru o organizație nonprofit de protecția mediului. Cunosc doi oameni licențiați în chimie: unul este un bancher de succes, iar celălalt este un comic de succes (da, serios). Știu chiar un domn de 72 de ani care a părăsit școala la 15 ani pentru a deveni ofițer vamal, iar la 60 de ani a dat la drept și a devenit avocat.

Vezi tu, alegerile noastre pot avea ceva influență asupra cursului vieții noastre, dar nici pe departe influența pe care ne așteptăm s-o aibă. Așadar, copilul tău poate foarte bine să studieze ce subiecte vrea el. Iar dacă tu i-ai dat încrederea în sine și aptitudinile de care are nevoie ca adult, va fi capabil să transforme orice opțiuni școlare și orice rezultate la examene în cariera care să-l facă fericit.

**TREBUIE SĂ-L SUSȚII, CHIAR
DACĂ EȘTI ÎNGRIJORAT CĂ
NU E CEA MAI BUNĂ ALEGERE.**



REGULI PENTRU ADOLESCENȚI



Dacă ai ajuns până aici, înseamnă că ești un *Părinte* bine pregătit și că știi ce faci în majoritatea cazurilor. Dar adolescenții au un talent deosebit de a lansa noi provocări și de a te face să simți că habar n-ai cum să fii un bun părinte.

Odată ce copilul tău a devenit adolescent, ai trecut binișor de jumătatea drumului creșterii lui și mai ai doar câțiva ani în care să-i bagi în cap toate acele valori și principii cu care vrei să intre în viața de adult. Și, deodată, el pare că aruncă la coș toată munca pe care ai depus-o pentru el până acum.

Dar de fapt, dacă te ții tare și urmezi aceste Reguli esențiale pentru adolescenți, o să descoperi că ieși la celălalt capăt al „tunelului adolescenței” cu un adult nemaipomenit de care poți fi cu adevărat mândru.

Nu intra în panică

Adolescenții. Am trecut și eu prin asta. Și e cumplit. Dintr-o dată, copilașul tău cel scump și adorabil s-a transformat într-o persoană pe care n-o mai recunoști. În cel mai bun caz e ursuz și necomunicativ, în cel mai rău caz e un monstru venit direct din iad.

Așa că prima Regulă e: nu te panica. Așa trebuie să fie. Nu ești singurul părinte care trece prin asta – cei mai mulți dintre noi trecem. Unii scapă ușor, dar dacă ai mai mulți copii, e aproape de neconceput să treci cu toți prin adolescență fără probleme. Și probabil că nici nu e sănătos.

Îți aduci aminte când copilul tău era la vârsta critică de doi ani? Ei bine, acum a revenit – și de data asta e mult mai mare și mult mai înfricoșător. La doi ani, copilașul care a început să meargă și-a dat seama că nu este o extensie de-a ta, așa că forțează limitele pentru a vedea ce poate și ce nu poate să facă, acum că are propria lui minte. Adolescenții reprezintă o versiune mult îmbunătățită a aceluiași program.

Copilul tău trebuie să-și găsească propriul drum în viață și trebuie să fie în stare s-o facă singur.

A REVENIT – ȘI DE DATA ASTA
E MULT MAI MARE
ȘI MULT MAI ÎNFRICOȘĂTOR.

Deci acesta e momentul în care devine liber. Și în care nu e întotdeauna de acord cu tine asupra distanței până la care poate să se aventureze.

Adaugă la asta tot soiul de salturi și de izbucniri, și de fluctuații hormonale, dintre care unele îi afectează funcționarea creierului și abilitățile de comunicare (uită-te la căutărilor pe care le face pe Internet dacă nu mă crezi) și nu mai e de mirare că te poți aștepta la câteva belele serioase.

Cunosc copii care trecuseră deja de toată angoasa adolescenței până la 16, 17 ani și cunosc alții care nu o depășiseră încă nici la 20, dar cu toții trec prin asta la un anumit moment și într-un grad mai mare sau mai mic. În general vorbind, cei cărora le place să fie copii, poate cărora le place să fie alintații familiei dacă sunt cei mai mici, ajung la adolescență mai târziu decât cei care abia așteptau să devină adulți încă de la 2 ani. Dar cu toții trebuie să treacă prin asta dacă e să se elibereze de tine.

Am o prietenă care a răsuflat ușurată crezând că a scăpat basma curată când fiica ei a împlinit 18 ani fără a da vreun semn de angoasă adolescentină sau de îndărătnicie. Apoi – bang! Șase luni mai târziu a devenit ursuză și țâfnoasă și a făcut toate acele lucruri pe care le fac de obicei adolescenții, exact așa cum cei din generația ei tocmai terminaseră de făcut. Vezi – nu poți să-ți iei ochii de la ei niciun moment.

Vestea bună e că odată ce a ieșit pe partea cealaltă a „tunelului adolescenței”, persoana familiară pe care o cunoșteai va reveni. Schimbată, bineînțeles – mai în vârstă și mai înțeleaptă –, dar având intacte toate acele valori și idealuri la care ai muncit atât de mult. Trebuie doar să continui să sper și să rabzi pentru câțiva ani, și apoi totul va fi în regulă.

Amintește-ți Legea a 3-a a lui Newton

Chestia e că-ți iubești copilul cu disperare. Așa că e incredibil de greu să-l privești făcând greșeli care tu crezi că se vor întoarce împotriva lui mai târziu. De-a lungul anilor te-ai obișnuit să-l lași să facă mici greșeli – să se servească cu prea multă budincă sau să meargă prea repede cu bicicleta la vale. Dar pe măsură ce el se mărește, și greșelile se măresc.

Acum trebuie să-l privești cum bea prea mult la petrecerea dată de colegul lui sau cum poartă haine mult prea decoltate, sau prea scurte. Poate trebuie să te abții când decide să părăsească școala la 16 ani, pe când tu sperai să meargă la facultate, sau să renunțe la o excelentă slujbă de sâmbătă pentru că e un efort prea mare să se scoale dimineața. Sunt chestii mult mai importante decât să-l lași pe copilul de 2 ani să mănânce prea multă budincă. Mizele sunt din ce în ce mai mari.

Cel mai rău e când trebuie să-l urmărești pe copilul tău repetând greșelile pe care le-ai făcut și tu. Renunță la chimie pentru că nu-i place profesorul, deși ar fi putut avea o carieră strălucită în domeniu. Sau își economisește toți banii pentru un an de pauză după terminarea liceului și apoi îi cheltuiește pe toți într-un moment de nebunie pe o mașină care nici măcar nu merge bine. Ai fi putut să-i spui. Probabil chiar i-ai spus. Foarte posibil vehement și energic... Dar, pe de altă parte, tu ți-ai ascultat părinții, cu mulți ani în urmă?

Cu excepția cazului în care copilul se pune serios în pericol, trebuie să te împaci cu situația. Uneori, chiar dacă situația devine periculoasă, tot n-ai ce face. Cu cât îi spui mai multe, cu atât îl împingi în direcția opusă. El caută pe cineva cu care să se confrunte, împotriva căruia să se revolte, pentru că așa e programat. Cu cât folosești mai multă forță, cu atât folosește și el mai multă. Îți amintești Legea a 3-a a lui Newton, principiul acțiunii și reacțiunii? Pentru fiecare acțiune există o reacțiune egală și de sens opus. Ar fi putut foarte bine s-o numească Prima Lege a Adolescenților.

Deci ce poți face când vezi că greșește? Poți să-i spui care e părerea ta, dar nu-i spune ce să facă. Și vorbește-i așa cum ai vorbi cu un adult și cu un egal. Nu: „Stai că-ți spun eu ce cred! Cred că ești un prost!” Mai degrabă ceva gen: „E decizia ta, dar te-ai gândit cum o să-ți finanțezi anul de pauză dacă îți cheltui toți banii pe mașina asta?” Vorbește-i ca unui adult și poate o să-ți răspundă ca un adult. Și dacă nu de data asta, poate data viitoare. Cu siguranță va fi mai dornic să-ți ceară sfatul dacă va ști că i-l vei da ca unui egal.

**TU ȚI-AI ASCULTAT PĂRINȚII,
CU MULȚI ANI ÎN URMĂ?**

Dă-i drept de vot

Copilul tău trebuie să învețe să ia decizii corecte. Și să facă compromisuri. Și să lucreze în echipă. Și să negocieze. Și ce mod mai bun există de a-l învăța toate astea decât să-l implici în deciziile familiei? Consultă-l asupra deciziilor care-l privesc, exact așa cum te-ai aștepta și tu să fii consultat, dacă ai fi în locul lui.

Bineînțeles, nu va avea întotdeauna votul decisiv. Trebuie să înțeleagă faptul că, fiind în casa ta, pe banii tăi, tu ai drept de veto. Până la urmă nu te poți lăsa convins de copiii tăi să construiești o anexă cu trei dormitoare doar pentru că ei își doresc câte un dormitor și un birou fiecare. Totuși, te poți consulta cu ei despre cum să modificeți spațiul existent pentru a-l valorifica la maximum.

Pe măsură ce copiii cresc, trebuie să exerseze luarea deciziilor, trebuie să fie consultați și să fie tratați din ce în ce mai mult ca niște adulți. De ce n-ar putea alege culoarea în care să-și zugrăvească dormitorul, mai ales dacă îl vor zugrăvi chiar ei? Îmi amintesc că unul dintre copiii mei adolescenți a vrut să astupe o gaură micuță în peretele din camera lui – când a terminat, în locul găurii era o dita-mai pata zgrunțuroasă și neregulată de vreo 15 cm. N-am nivelat-o. Am păstrat-o ca amintire a primei lui încercări de decorare. Fiul meu a plecat de mult de-acasă, dar umplutura e încă acolo. Acum el e foarte bun la zugrăveli, reparații și decorațiuni, dar pata îmi amintește că trebuie să-i lași pe copii să înceapă de undeva.*

* N-am vrut să sune așa de sentimental și de siropos. De fapt, păstrez „reparația” ca să am motiv să mai râd de el din când în când.

Și ce zici de vacanțele în familie, cât timp le mai ai? Tu va trebui să fixezi bugetul, dar dacă copiii tăi sunt adolescenți, puteți decide împreună unde să mergeți. Poți avea drept de veto dacă insiști, dar la fel de bine pot avea și ei.

Bineînțeles că nu e vorba doar despre a-i învăța să ia decizii, lucru de altfel foarte important. Este și despre a-i face pe copii să se simtă implicați în familie, incluși în hotărârile care vă afectează pe toți. Poți aplica asta și la stabilirea regulilor. Membrii echipei de rugby a Angliei câștigătoare a Cupei Mondiale s-au așezat cu toții și au convenit asupra regulilor care îi vor conduce spre succes, și le-au urmat – pentru că toți puseseră umărul la formularea lor (cu alte cuvinte, „erau proprietatea lor”, ca să folosesc jargonul afacerilor).

**ESTE VORBA DESPRE
A-I FACE PE COPII
SĂ SE SIMTĂ IMPLICAȚI.**

Și, bineînțeles, cu cât descoperi mai multe oportunități de a-i trata pe adolescenții tăi ca pe niște adulți responsabili, cu atât mai bună va fi relația voastră și cu atât mai încurajați vor fi să se comporte ca niște adulți responsabili. Ceea ce nu poate fi decât o ușurare pentru toată lumea.

Nu te uita sub saltea

AdolenŃenŃii se dedau la unele lucruri despre care nici nu vrei sã Ńtii. Sigur, de fapt, Ńtii despre ele, doar de asta eŃti îngrijorat. Dacă ai fi putut fi complet ignorant, ai fi fost mult mai fericit.

Uite, crede-mă pe cuvânt, fiica ta a mers mai departe cu prietenul ei decât ai fi vrut tu. Fiul tău se uită pe reviste sau pe site-uri porno. Amândoi au încercat cel puțin un fum de țigară până acum. Și aproape sigur li s-au oferit droguri, dar nu vei găsi nicio dovadă în camera lor, așa că n-are rost să pierzi timpul căutând. Acum eŃti fericit? Bun. Nu mai trebuie să te uiți sub saltea și nici să le citeŃti jurnalul secret.

N-o să găseŃti nimic în plus față de ceea ce mii de alți părinți au găsit înaintea ta. De fapt, probabil că n-o să găseŃti nimic în plus față de ceea ce au găsit părinții tăi. Și ce-o să faci după aceea? Să-l pui pe copilul tău adolescent în fața dovezilor? Nu prea cred. O să-ți distrugi relația cu el și singura schimbare va fi că o să-ți strice podeaua făcându-și ascunziș sub scândurile dușumelei.

Poate ar trebui să te gândeŃti în urmă, la lucrurile pe care le-ai făcut, adolescent fiind, și despre care n-ai vrut să afle părinții. Vezi? Copiii tăi sunt doar niște adolescenți perfect normali. Și dacă tu nu faci o tragedie din lucrurile acelea adolescente și perfect normale pe care ei le fac, o să fie mai încrezători în a veni să-ți spună atunci

când ceva scapă de sub control sau devine o reală problemă pentru ei. Și tocmai asta e lucrul cel mai important. Dacă te vei comporta ca și când toate lucrurile de sub saltea ar fi normale, atunci și ei o să simtă că pot vorbi cu tine fără teama de a primi un răspuns irațional.

Pur și simplu n-are rost să-ți faci griji. În punctul ăsta trebuie să te bazezi pe ceea ce i-ai învățat în ultimii aproximativ 12 ani. Și nu uita Regula 72 – cu cât le faci viața mai amară, cu-atât vor fi mai dificili. Concluzia e simplă – nu le face viața amară.

Un alt avantaj – simplul fapt că nu te uiți sub salteaua lor și că nu le citești jurnalele secrete va întări relația voastră. Te vor respecta pentru că le respecti intimitatea (evident că nu-ți vor spune lucrul ăsta) și pentru că ai o atitudine suficient de realistă și de modernă încât să-i lași să-și vadă nederanjați de treaba lor de a fi adolescenți.

Valorifică timpul rămas pentru a umple golurile

Ai început având în fața ta 18 ani de carieră ca părinte și numărând înapoi pe măsură ce treceau anii. Acum câți au mai rămas? Pentru că, odată ce ai ajuns la zero, copiii tăi vor fi pe cont propriu. Asta înseamnă că vor trebui să știe să facă cumpărături, să gătească, să facă curățenie și ordine (cel puțin până la un punct), să spele, să-și plătească facturile, să nu se înglodeze în datorii și toate celelalte.

Știu părinți – și fără să vreau să fiu sexist, aproape întotdeauna e vorba despre mame – care au încă grijă de copiii lor și la 18 ani. Iar copiii, nefiind tâmpiți, le lasă. De fapt, am un prieten care la 35 de ani încă își mai duce rufele la spălat la maică-sa. Și nu vreau să spun că își spală el rufele folosind mașina ei de spălat, ceea ce ar fi oarecum de înțeles. Nu, pur și simplu îi dă rufele maică-sii să se descurce cu ele. E nevoie de doi pentru a juca jocul ăsta.

Numeri ultimii ani până la independență. Și dacă copilul tău ajunge la 18 ani fără să fi folosit vreodată mașina de spălat sau fără să fi pregătit o masă decentă, ți se pare corect față de el?

NUMERI ULTIMII ANI
PÂNĂ LA INDEPENDENȚĂ.

Poate că el nu realizează ce handicap va avea, dar tu știi foarte bine, ca *Părinte*, că un copil cocoloșit nu e pregătit pentru lumea reală (vezi Regula 68).

Ca fiecare părinte, și tu cunoști punctele tari și punctele slabe ale copilului tău. Așa că gândește-te ce ar mai trebui să învețe și asigură-te că va învăța în timpul care ți-a mai rămas. Dacă nu se descurcă deloc cu banii, învață-l să și-i planifice și să și-i gestioneze. Lasă-l pe el să facă cumpărăturile familiei timp de o săptămână cu condiția să se încadreze în bugetul tău obișnuit sau fii ferm asupra faptului că nu vei plăti din factura lui la mobil mai mult decât suma convenită.

Fă-l responsabil cu spălatul rufelor familiei pentru o săptămână (eventual eliberează-l, drept compensare, de spălatul vaselor pentru săptămâna respectivă), astfel încât să învețe să folosească mașina și să-și dea seama ce plăcere e să trebuiască să sortezi rufe, să le întinzi la uscat, să le împătorești pentru călcat (poate de-acum se va gândi de două ori înainte să mai pună rufe abia purtate în coșul cu rufe de spălat).

Ai putea chiar să-ți lași adolescentul mai mare să stea singur acasă timp de câteva zile. Da, știi ce gândești. Și da, va trebui să sari cu un stimulent suficient de bun încât să-l determine să reziste tentației de a-și invita toți prietenii pentru o petrecere sălbatică. Oricum, ajută să-i spui că un vecin sau un prieten e cu ochii pe el.

Hai, poți fi inventiv în găsirea de moduri interesante în care să-l înveți lucrurile vitale. Și sigur vei reuși să le faci și amuzante – cel puțin până dispare elementul de noutate, dar oricum până atunci va fi învățat ceva.

Nu sta în fața unui tren în plină viteză

Știi deja că trebuie să le permiți copiilor tăi să facă propriile lor greșeli (Regula 72). Până aici, totul e clar. Acum, pentru câte dintre următoarele decizii îi vei lăsa pe ei să hotărască:

- Să meargă cu motocicletă?
- Să chiulească?
- Să folosească cuvântul cu „f”?
- Să încerce droguri?
- Să fumeze?
- Să facă sex înainte de 16 ani?

Hmmm, da, spinoase probleme. E din ce în ce mai dificil, așa-i? Chiar trebuie să-i lași pe ei să decidă toate astea? Păi, hai să privim altfel problema: cum o să-i împiedici? Opțiunile tale sunt destul de limitate în zilele noastre. Poți să ții la ei (vezi Regula 77), dar asta nu-i mai deranjează ca atunci când aveau 5 ani. Și, oricum, ei pot să ție mai tare. Poți să-i pedepsești nedându-le voie să iasă din casă, dar orice adolescent care se respectă va ieși pe fereastră sau va fi ca un mieluşel până când îl vei lăsa din nou să iasă și pe urmă va face același lucru fiind însă mai atent, ca să nu-l mai prinzi.

** Mama avea un sistem excelent. La 14 ani aveai voie să folosești înjurături blânde, la 16 aveai voie să folosești cuvântul cu „f”, iar la 18 puteai folosi cuvintele cele mai dure. Cred că-i era destul de greu să țină evidența tuturor (eram 6 frați), dar se descurca.*

Poți să refuzi să le mai dai bani, dar sunt suficient de mari ca să-și câștige propriii bani.

Cunosc un individ al cărui tată l-a dezmoștenit (erau o familie foarte bogată) doar pentru că s-a ras în cap. Nici măcar asta nu l-a determinat să-și lase părul să crească. Ăștia sunt adolescenții – dacă nici faptul că era depozitat de o avere cu șapte cifre n-a reușit să-l motiveze, atunci nimic n-ar fi reușit. (Dacă ești curios să afli urma-rea, s-a întâmplat că tatăl a murit subit înainte de a se calma sufi-cient încât să-l treacă din nou pe fiul lui în testament, așa că băiatul chiar a pierdut acea avere uriașă.)

Așa că, una peste alta, n-ai de ales. Adolescentul tău se va com-porta ca un adolescent indiferent ce vei face. Poți fie să accepți situația, fie să te opui, dar dacă alegi ultima variantă probabil că-l vei împinge să ia tocmai deciziile pe care nu vrei să le ia.

**ADOLESCENTUL TĂU
SE VA COMPORTA
CA UN ADOLESCENT
INDIFERENT CE VEI FACE.**

Oh, dar, bineînțeles, mai este un lucru pe care-l poți face: să ai încredere în el. Tuturor copiilor le sunt oferite lucruri pe care părinții nu vor ca ei să le facă – sex, droguri, țigări. Dar dacă ai încredere în faptul că puștiul tău va lua decizii responsabile, ai o șansă destul de mare ca acest lucru chiar să se întâmple. Și dacă nu se întâmplă, nu te mai agita: oricum, nimic altceva n-ar fi funcționat. Crede-mă.

Urlatul nu e o soluție

Să presupunem că adolescentul tău a făcut toate lucrurile despre care am vorbit în Regula 76. Într-adevăr, e prea groaznic, nici nu te poți gândi. Hai atunci să presupunem că n-a făcut decât unul sau două. Și lucrurile au mers prost. Nu se mai poate lăsa de fumat sau are o boală cu transmitere sexuală, sau e pe punctul de a fi exmatriculat de la școală. Ai prefera să vină să-ți ceară ajutorul sau nu?

Sigur că ai prefera să vină la tine. Fără îndoială, vrei să-l ajuti. Dar ești sigur că va veni să-ți spună? Cum se va decide dacă să vină la tine sau nu? Răspunsul e că se va hotărî în funcție de felul în care ai reacționat în trecut când ai descoperit anumite lucruri. Probabil, lucruri mai puțin importante – când a vărsat vopsea pe covorul din dormitor sau când ți-a promis că a aranjat să fie adus înapoi de la petrecere de către un părinte și pe urmă ai aflat că, de fapt, a făcut autostopul.

Cum ai reacționat atunci? Ai urlat și ai țipat, și ai strigat, și i-ai spus că te-a dezamăgit și că nu poți avea încredere în el? Sau ai discutat serios, calm și i-ai explicat de ce ești atât de îngrijorat?

Problema e că urlatul, țipatul și faptul că i-ai spus că te-a dezamăgit s-ar putea să fi fost complet justificate, DAR au avut exact efectul opus celui scontat de tine. Dacă vrei să vină la tine când are probleme, trebuie să știe că vei lua lucrurile în serios, dar nu vei urla la el. S-ar putea să nu-ți placă asta, dar este purul adevăr. Probabil că și

tu ai simțit cam la fel când erai adolescent. Dacă părinții tăi obișnuiau să țipe, pun pariu că nu le-ai spus nici jumătate din lucrurile pe care prietenii tăi cu părinți calmi le-au spus alor lor.

Vezi tu, există șanse ca el să știe deja că a făcut ceva greșit sau stupid și poate că-i e rușine și se simte prost din cauza asta. Chiar nu mai e nevoie să țiți și tu la el și să intensifici umilința. De fapt, dacă reacția ta e calmă și nu-l subapreciezi, s-ar putea să-ți fie patetic de recunoscător. Și cu asta chiar că ai adunat puncte în favoarea ta pentru data viitoare când va mai face ceva aiurea.

Amintește-ți, copiii tăi îți vor evalua reacția în funcție de felul cum reacționezi la problemele minore azi și mâine, și luna viitoare. În esență, odată ce copiii au ajuns la o anumită vârstă, trebuie să-ți schimbi stilul de educație. Nu poți să le spui mereu ce trebuie și ce nu trebuie să facă. Trebuie să te transformi într-un fel de mentor, un sfătuitor. Astfel, când vor ajunge la 18 ani îi vei trata deja ca pe niște egali. Sigur, atâta vreme cât sunt în casa ta, se aplică regulile casei tale. Dar aceleași reguli ar trebui să se aplice și prietenilor tăi, chiar și părinților tăi. Cât despre ce vor face copiii tăi cu viața lor, nu ai niciun control și n-are rost să pretinzi că ai. Așadar, cam de când copiii împlinesc 16 ani, renunță la țipete și începe să le vorbești ca unor adulți. Poate fi foarte greu, dar e singura metodă care funcționează.

ÎN ESENȚĂ, ODATĂ CE COPIII
TĂI AU AJUNS LA O
ANUMITĂ VÂRSTĂ,
TREBUIE SĂ-ȚI SCHIMBI
STILUL DE EDUCAȚIE.

Orice lucru vine la pachet cu condiții

Unul dintre lucrurile esențiale pe care copiii tăi trebuie să le învețe în viață este că drepturile și responsabilitățile sunt unite în mod inextricabil. Și este treaba ta să-i înveți. Sau ar fi mai bine să spun că este responsabilitatea ta?

De exemplu, copiii pot pretinde dreptul de a fi tratați ca niște adulți. Dar trebuie să înțeleagă că dreptul vine împreună cu responsabilitatea de a se purta ca niște adulți. Dacă se eschivează de la responsabilitate, pierd dreptul.

Odată ce copiii devin adolescenți, principiul poate fi aplicat cu mare succes. Pentru fiecare drept pe care-l cer (și mamă, ce de drepturi cer adolescenții...), tu le poți indica responsabilitatea care vine împreună cu el. Am prieteni care aplică principiul cu banii de buzunar. Copiii lor au dreptul la o anumită sumă săptămânală, dar părinții le explică faptul că au, de asemenea, o responsabilitate în cadrul gospodăriei. Copiii știu deja de mult că, pentru ca totul în gospodărie să meargă bine, trebuie rezolvate anumite treburi casnice – curățarea bucătăriei după fiecare masă, menținerea dezordinii la minimum etc. Dacă puștii nu se achită de responsabilitate, pierd banii de buzunar.

Același lucru merge și pentru dreptul de a fi tratat cu respect. Vine la pachet cu responsabilitatea de a-i trata pe ceilalți cu respect. Dacă copiii tăi îți vorbesc urât sau țipă la tine, pierd dreptul la respectul tău

PERIOADA ADOLESCENȚEI
REPREZINTĂ OPORTUNITATEA
PERFECTĂ PENTRU
A ÎNVĂȚA RELAȚIA DINTRE
DREPTURI ȘI RESPONSABILITĂȚI.

Poți să nu-i mai ascuți (sau cel puțin să încerci să nu-i mai auzi) până când se pot dovedi respectuoși.

Odată copiii intrați în lume pe cont propriu, vor avea nevoie să cunoască aceste lucruri. Nu pot aștepta nimic pe gratis. Și perioada adolescenței reprezintă oportunitatea perfectă pentru a învăța relația dintre drepturi și responsabilități. Tot ce vor copiii trebuie să vină însoțit de condiții: respectul, banii, independența, libertatea, statutul. Ba chiar responsabilitatea însăși vine însoțită de responsabilități.

Ai să vezi că adolescenților chiar le plac lucrurile astea. Serios. Arată că îți pasă. Când le spui că n-au voie să vină acasă mai târziu decât de obicei decât dacă arată că sunt suficient de responsabili încât să te sune și să-ți spună unde sunt și când să-i aștepți înapoi, în secret sunt de fapt mulțumiți că-ți pasă (doar nu te aștepți să-ți și spună asta!). Îți vor spune când să-i aștepți acasă, pentru că vor realiza că altfel vor pierde dreptul de a mai sta altădată până târziu.

Așa că fă-le puștilor tăi o favoare și nu-i lăsa să scape ieftin. De câte ori vor ceva de la tine, spune-le ce aștepți în schimb. Vor învăța valoarea drepturilor și vor fi pregătiți pentru viitor. Și viața ta va fi mult mai ușoară.

Arată un pic de respect pentru lucrurile care-i interesează

Știi un bărbat care în adolescență a început să dezvolte probleme psihice. Obişnuia să-și petreacă tot timpul liber în camera lui ascultând muzică, acesta fiind singurul lucru care-i plăcea cu adevărat. În timp, lucrurile s-au agravat. Problemele au continuat și după ce a plecat din casa părintească. Mulți ani mai târziu mi-a spus un lucru foarte interesant. Mi-a explicat că unul dintre lucrurile care i-au spulberat încrederea în sine a fost modul în care părinții lui făceau haz de muzica oribilă pe care o asculta.

Vezi tu, când critici alegerile făcute de adolescentul tău, îl critici pe el. Este o vârstă la care ego-ul e fragil, respectul de sine e ușor de demolat și e foarte ușor să-l faci pe adolescentul tău să simtă că-l dezaprobi sau chiar că nu-l plăci. Fie că e vorba despre muzica pe care o ascultă sau despre felul în care înțelege politica, sau despre modul cum se îmbracă, sau despre decizia lui de a deveni vegetarian, are nevoie să știe că ești de acord.

Este unul dintre multiplele paradoxuri ale adolescenților. Pe de o parte, vor să fie rebeli, să te șocheze, să facă lucruri care să te scoată din pepeni, iar pe de altă parte, îți doresc aprobarea și bunăvoința. Știu că ești confuz, dar pentru ei e și mai rău. Sunt prinși în interiorul unor minți și al unor trupuri care încearcă să facă tranziția de la copilul dependent la adultul independent și de cele mai multe ori habar n-au ce vor de fapt. Acum vor să crească repede, cât mai repede posibil, iar peste un minut totul devine înspăimântător și vor s-o lase mai moale. Tu trebuie doar să accepți și să te lași dus de curent.

ȘTIU CĂ EȘTI CONFUZ,
DAR PENTRU EI E ȘI MAI RĂU.

În timpul ăsta, interesează-te de lucrurile care le plac. Nu e cazul să întreci măsura – chiar te rog să n-o faci, căci nu e nimic mai rău decât un tată de patruzeci și ceva de ani care pretinde că e „super-cool”. Nu te strădui prea tare – trebuie doar să arăți un oarecare interes. Nu trebuie să pretinzi că ești un fan uriaș al muzicii sau al stilului lor de îmbrăcăminte, dar nu e bine nici să nu le acorzi nicio atenție.

S-ar putea chiar să descoperi tot felul de noi lucruri de care să te bucuri. Aceasta este unul dintre multiplele avantaje de a avea copii adolescenți: sunt suficient de aproape de vârsta adultă încât să aibă interese destul de sofisticate și poți învăța de la ei o mulțime de lucruri dacă ești suficient de deschis la minte. Și bineînțeles că ești.

Adoptă o atitudine sănătoasă față de sex

Nu, nu e vorba despre viața ta sexuală. Sper că aceea e deja sănătoasă. Mă refer la sex în general și, în particular, la viața sexuală a adolescentului tău. Poate că încă nu are una (ești sigur?), dar mai devreme sau mai târziu va avea. Și vrei să te asiguri că atunci când va avea, va fi fericită și sigură, și satisfăcătoare, nu furișată și murdară, și dezordonată (oh, bine, e tot timpul dezordonată).

Ce anume crezi că-i poate oferi adolescentului tău încrederea în sine care să-l determine să amâne prima experiență sexuală până când va fi pregătit? Exact: faptul că se simte confortabil cu subiectul. Cu cât copilul tău știe mai multe despre sex și îi vine mai ușor să discute despre el, cu atât va fi mai capabil să spună NU sau să insiste asupra folosirii prezervativului, sau să respecte sentimentele partenerului.

Poți să mă crezi pe cuvânt: cu cât vorbiți mai mult acasă despre sex (e valabil și pentru droguri, alcool, țigări și toate celelalte), cu atât adolescentul va avea mai multă încredere în el și în capacitatea lui de a lua decizii mature atunci când va veni momentul. Chiar și părinții deschiși, care consideră că au relații strânse cu adolescenții lor, spun în general că acesta este subiectul despre care le e cel mai greu să discute confortabil; și adolescenții susțin același lucru. Dar

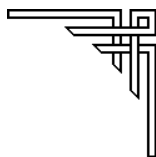
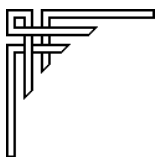
este răspunderea ta să demonstrezi că sexul reprezintă un lucru perfect acceptabil și normal despre care se poate discuta.

Școala îl va învăța pe copil despre mecanica sexului și poate câteva lucruri de bază despre HIV și boli cu transmitere sexuală sau cum să folosești un prezervativ. Dar copiii o să chicotească de zor împreună cu colegii. Plus că la școală n-o să învețe nimic despre faptul că sexul este o parte normală a vieții de adult și că are o relație complexă cu emoțiile. Tu va trebui să-i spui toate astea – nu te baza pe școală.

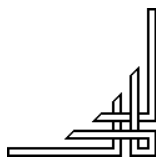
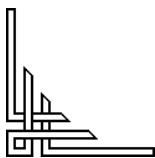
Nu încerc să spun că ar trebui să stai jos cu copilul și să aveți o discuție formală despre sex. Eu am încercat o dată să abordez subiectul formal cu unul dintre copiii mei – probabil mult prea târziu, după cum am înțeles ulterior – și la sfârșit l-am întrebat dacă mai vrea să știe ceva. El a răspuns: „Nu, mulțumesc, tată. Și oricum, s-au schimbat multe de pe vremea ta.” Am fost surprins și intrigat, dar a refuzat în mod frustrant să continue discuția.

Nu e nimic în neregulă cu o discuție formală, dacă poți să-i faci față fără să te simți prost. Totuși, sexul trebuie să facă parte din conversația de fiecare zi atunci când vine vorba despre el – când comentați un film sau o știre, sau isprăvile unui prieten. În loc să schimbi repede subiectul în prezența adolescentului tău, continuă și chiar cere-i părerea. Asigură-te doar că transmiți întotdeauna un punct de vedere responsabil. Nu mă refer neapărat la „fără sex până la căsătorie”, ci la faptul că nu e corect să te joci cu emoțiile altora sau să le riști sănătatea.

**ASIGURĂ-TE CĂ TRANSMIȚI
ÎNTOTDEAUNA UN PUNCT
DE VEDERE RESPONSABIL.**



REGULI PENTRU SITUAȚII DE CRIZĂ



Ar fi superb dacă ai putea să-ți crești copiii fără să te confrunți nici măcar o dată cu o criză adevărată. Dar, din nefericire, foarte puțini părinți reușesc. Poate fi divorț, îmbolnăvire gravă, criză financiară, moartea cuiva din familie, bătaii serioase la școală, concediere, punerea casei sub sechestru. Acest gen de situații sunt în general o problemă majoră pentru tine ca părinte, dar ele îți dau și motive de îngrijorare cu privire la copil.

Poți avea tot soiul de strategii minunate, tehnici, reguli ale casei și politici cu ajutorul cărora navighezi lin printre majoritatea problemelor de zi cu zi cu copiii. Dar când te lovește genul ăsta de criză, deseori ești complet nepregătit și sistemele normale nu mai sunt suficiente. Plus că poți fi în stare de șoc sau panicat sau într-o puternică stare de depresie, poate chiar trebuind să te descurci deodată singur cu copiii, caz în care vei avea probabil nevoie de ajutor pentru a depăși momentul.

Așadar, dacă se întâmplă ce-i mai rău, iată câteva Reguli care să te ajute să faci față situației și să-ți dea siguranța că ești din nou pe calea cea bună. O să treci și peste asta, fie și numai pentru că n-ai încotro, iar copiii vor învăța ceva din întreaga experiență. Asigură-te că în urma crizei vor rămâne mai puternici și mai înțelegători față de problemele altor oameni.

Nu-ți folosi copiii pe post de muniție

Desigur, se aplică îndeosebi părinților care trec printr-un divorț, dar este o capcană în care poți cădea și dacă relația voastră este încordată în timpul altui tip de criză (financiară, de exemplu). Când emoțiile se intensifică, totul în jur are tendința de a se intensifica. Așa că, fie că ești extrem de supărat, îngrijorat până la disperare, serios deprimat sau insuportabil de trist, probabil că ori de câte ori te simți furios o să te simți aproape incontrolabil de furios. Și când ești într-o astfel de stare te simți îndreptățit să recurgi la orice argument sau tactică la care poți recurge.

Din păcate, una dintre cele mai puternice tactici la care poți apela este să speculezi dragostea partenerului (sau fostului partener) pentru copiii lui. Copiii tăi. Poți fi în stare să-i restricționezi accesul la ei. Sau să-i permiți accesul doar în perioade în care știi sigur că nu are cum să se elibereze. Sau să-i comunici despre planurile tale în ultimul moment. Sau chiar să le „arunci” copiilor mici remarci menite să submineze sentimentele lor pentru celălalt părinte. Sau să le arăți copiilor în mod subtil că fericirea ta depinde de ei.

Poate că tocmai astfel de tactici a folosit partenerul tău împotriva ta. Ceea ce face ca răzbunarea, evident tot prin folosirea lor, să fie foarte tentantă. Doar el a început, nu-i așa?

De fapt, chiar contează cine a început? Nu pentru tine, ci pentru copii. Le pasă lor cine a început? Tot ceea ce-i interesează e să puneti capăt acestui joc. Nu sunt proști, așa că știu ce se întâmplă, cel puțin parțial. Știu că sunt prinși la mijloc, între doi părinți pe care-i iubesc, și că situația era și așa destul de dificilă și fără toate astea. Ceea ce *nu* știu ei este cum să facă față unui conflict serios, dar învață rapid privindu-vă pe tine și pe celălalt părinte. Ești sigur că-i înveți ceea ce ai vrea ca ei să știe?

E incredibil de greu să eviți genul ăsta de jocuri când partenerul sau fostul tău partener le joacă. Dar trebuie să rezisti tentației. Este esențial să-ți păstrezi ținuta morală și să nu-ți trădezi valorile (vezi Regula 88 din „Cele 100 de Reguli ale vieții”^{*}). Da, știu, pe cât este de important, pe atât e de dificil. Dar ești un *Părinte*, deci poți s-o faci. Trebuie s-o faci. Răspunde oricărui șiretlic răutăcios și agresiv cu calm, decentă, onestitate și integritate. Fă astfel încât să fii mândru de tine.

CHIAR CONTEAZĂ
CINE A ÎNCEPUT?
NU PENTRU TINE,
CI PENTRU COPII.
LE PASĂ LOR CINE A ÎNCEPUT?

O prietenă, care din fericire se întâmplă să fie un *Părinte* desăvârșit, traversa o perioadă foarte dificilă cu soțul ei.

^{*} Publicată în 2007 de editura RENTROP & STRATON.

Într-o zi, fiul ei a anunțat-o din senin că tatăl lui i-a spus că va căpăta o motocicletă pentru motocros când va împlini 14 ani; trebuie să spun că ambii părinți fuseseră întotdeauna de acord că acest lucru trebuie să aștepte până la 18 ani.

Era în mod clar o stratagemă prin care tatăl dorea s-o enerveze pe ea și să și-l apropie pe băiat cumpărându-i afecțiunea. Pe moment, prietena mea a fost îngrozitor de tentată să-i spună fiului ei exact ce gândea despre josnicul lui tată. A reușit totuși, printr-o uriașă stăpânire de sine, să se abțină și nu i-a spus băiatului nimic, dar a discutat separat cu soțul ei. Folosind multă diplomație și cu limba sângerând de-atâta mușcat, a rezolvat situația printr-un compromis: copilul urma să primească motocicleta când împlinea 16 ani, iar între timp soțul ei putea să-și ducă fiul la cursele de motocros un weekend pe lună.

Și care e avantajul de a proceda astfel? Copiii tăi vor înțelege – într-o zi, dacă nu acum – că ai făcut totul pentru ei. Acest lucru va consolida relația voastră și, cel mai important, îi va face mult, mult mai fericiți. Cu siguranță că ăsta este un sentiment mai plăcut decât orice satisfacție mărunță ai putea avea întorcându-i împotriva celui alt părinte.

Lasă-i să facă față situației în felul lor

Când am divorțat de prima mea soție, cu mulți ani în urmă, m-am trezit un părinte singur cu aproape de niciunele. Copiii și cu mine stăteam într-o casă închiriată, cu foarte puțină mobilă. Într-o seară vorbeam cu unul dintre fiii mei – stăteam amândoi pe cutii, iar eu eram copleșit de vinovăție pentru ceea ce trebuiau să îndure copiii mei. I-am spus: „Îmi pare tare rău, prietene. Îmi pare așa de rău că trebuie să treci prin toate astea.” Știi ce mi-a răspuns? „De ce, tati? E formidabil! Ne distrăm excelent!”

Sigur, nu vroia să spună că-i pare bine că părinții lui s-au despărțit. Dar eu îmi făceam griji pentru condițiile în care locuiam, în timp ce el se simțea ca într-o permanentă tabără de vacanță. Eu presupusesem că și el simte la fel ca mine, dar făcusem o mare greșală.

Însă poate să se întâmple și exact pe dos. Copiii simt unele lucruri mult mai acut decât noi. Poate-ți amintești că atunci când ai fost poreclit prima dată la școală ai ignorat porecla cu seninătate. Dar asta nu înseamnă că și copilul tău poate face la fel. Poate că ție nu-ți pasă că trebuie să te muți din cauza noii slujbe, dar s-ar putea ca fiica ta adolescentă să fie devastată. Trauma ei emoțională e reală, așa că trebuie s-o iei în serios. Nu e suficient să-i spui că trebuie să fie tare sau că o să-și facă prieteni noi, sau că există e-mail-ul, messenger-ul și SMS-urile („și eu n-am avut toate astea când eram ca tine”).

Când ai de-a face cu emoțiile copilului tău și în special în timpul oricărui fel de criză, ceea ce simți *tu* este complet irelevant. Sentimentele lui sunt tot ce contează. Concentrează-te asupra copilului tău și uită de tine. Am o prietenă foarte dragă al cărei partener a murit subit. Copiii au reacționat cu diferite grade de durere evidentă când le-a spus, dar puțin mai târziu în aceeași zi toți râdeau și se jucau. Mi-a spus că inițial a fost aproape la fel de dureros să-i vadă fericiți pe cât a fost să-i vadă nefericiți. Dar copiii fac față durerii în mod diferit și n-are niciun sens să încerci să pui reacția lor pe picior de egalitate cu reacția ta.

Când vine vorba despre lucruri importante în viață, nu face nicio presupunere despre cum se vor descurca puștii tăi. Contează pe ei ca să-ți spună ce simt și nu presupune că vor avea nevoie de același sprijin de care ai avea tu nevoie. Poate că ei vor să fie înconjurați de prieteni în timp ce tu ai vrea să fii singur. Poate că ei vor să meargă într-o vacanță cu care tu nu te poți confrunța sau să renunțați la petrecerea cu care tu vroiai să mergi mai departe. Dacă ai mai mulți copii, probabil că nu vor simți cu toții la fel. Toate acestea pot solicita alegeri dificile și compromisuri; numai tu poți decide dacă să faci lucrurile așa cum vor ei sau cum vrei tu atunci când nu doriți același lucru. Dar este vital să le tratezi sentimentele cu toată seriozitatea cu care le tratezi pe ale tale sau pe ale oricui altcuiva.

CONTEAZĂ PE EI CA SĂ-ȚI
SPUNĂ CE SIMT ȘI NU
PRESUPUNE CĂ VOR AVEA
NEVOIE DE ACELAȘI SPRIJIN
DE CARE AI AVEA TU NEVOIE.

A fi mai tânăr nu grăbește întotdeauna lucrurile

O ciudată școală de gândire de care m-am izbit deseori pare a fi de părere că copiii depășesc mai repede problemele decât adulții. Habar n-am de unde le-a venit ideea, dar, îți spun, e o mare prostie.

E adevărat, unii copii depășesc anumite probleme mai rapid decât unii adulți. Dar la fel de adevărat e și că o traumă din copilărie își poate arăta efectele mulți ani mai târziu. La urma urmei, copiii se dezvoltă permanent și evenimente din trecutul lor își pot schimba semnificația. Un copil care inițial a părut că suportă foarte bine moartea cuiva din familie poate suferi enorm din cauza morții respective peste câțiva ani. Ceva ce i-a fost spus copilului tău acum cinci ani îl poate încă bântui. Sau poate că el speră în secret că părinții lui se vor împăca și este devastat ori de câte ori se întâmplă ceva care pare să-i îndepărteze visul.

Noi, adulții, suntem departe de a fi perfecți, dar majoritatea, de cele mai multe ori, reușim să ne rezolvăm problemele pe loc și să trecem peste ele. Poate că tristețea sau durerea nu ne părăsesc niciodată, dar învățăm să trăim cu ele. Pentru copii este mult mai greu. Ei se schimbă, iar evenimentele din trecut îi pot afecta în moduri noi. Poate că ei își revin din șocul inițial mai repede decât noi (sau

poate nu), dar au foarte puțină experiență în a face față emoțiilor și le poate lua mai mult decât nouă să înțeleagă ce simt și să-și dea seama cum să acționeze.

Așa că hai să nici nu mai menționăm nonsensul ăsta cu copiii care trec peste probleme mai repede decât adulții. *Părinții* știu bine că nu e niciun cuvânt adevărat, deci nu lăsa pe nimeni să se ascundă în spatele unei asemenea banalități absurde.

NOI, ADULȚII,
SUNTEM DEPARTE
DE A FI PERFECȚI,
DAR DE CELE MAI MULTE ORI
REUȘIM SĂ NE REZOLVĂM
PROBLEMELE PE LOC
ȘI SĂ TRECEM PESTE ELE.

Copiii vor avea nevoie de ajutorul tău. Dacă veniturile tale scad brusc, de exemplu, aceasta poate avea un impact uriaș asupra copiilor tăi. Ei nu mai pot ține pasul cu prietenii lor în ceea ce privește vacanțele, hainele, telefoanele mobile, mașina cu care sunt luați de la școală – pentru unii copii, toate astea pot fi devastatoare. Tu te străduiești să te descurci cu un buget mai mic, dar ei și-au pierdut jumătate din prieteni, încrederea în ei, statutul, demnitatea și vacanța. Le va trebui timp pentru a-și reveni, chiar dacă familia își va recăpăta stabilitatea financiară.

Arată-le copiilor tăi că înțelegi faptul că sentimentele și problemele lor pot fi diferite de ale tale, și că le tratezi grijile cu aceeași seriozitate cu care le tratezi pe ale tale. Nu le poți da înapoi bugetul, părinții cu o căsătorie fericită, fratele sau părintele care a murit, sănătatea sau orice altceva au pierdut, dar le poți arăta că-i iei în serios și că nu te aștepți ca ei să-și revină la fel de repede cum îți revii tu.

Șocul poate dura pentru totdeauna

Sigur, în cele din urmă copilul tău ar trebui să treacă peste criză sau măcar să se împace cu lucrurile. În timp, va ajunge să accepte – așa cum facem cu toții – că părinții lui sunt divorțați sau că cineva drag a murit. Dacă puștiul a fost grav bolnav, va învăța să facă față faptului că acum nu mai poate mânca tot ce pot mânca prietenii lui. Dacă a trebuit să se mute într-un alt oraș, mai devreme sau mai târziu își va face prieteni noi și se va obișnui la noua școală.

Dar asta nu înseamnă că totul s-a terminat. Unele crize trec și te lasă acolo unde erai când au început, dar majoritatea te lasă într-un alt loc. Uneori într-un loc foarte diferit. Un copil poate că s-a împăcat – pe cât posibil – cu moartea unui părinte, dar el va fi pentru totdeauna un copil care crește fără mamă sau fără tată. Asta îl face deosebit și implică noi dezavantaje față de trauma inițială. Fiecare meci important la școală, fiecare ceremonie de premiere va fi diferită pentru el; fiecărei aniversări, fiecărui Crăciun sau eveniment în familie îi va lipsi ceva.

Același lucru este valabil și pentru divorț. Chiar dacă puștiul tău acceptă că nu mai sunteți împreună și poate chiar a trecut peste etapa acută a despărțirii, el va trebui să-și petreacă restul copilăriei cu părinți care trăiesc în case diferite și care nu comunică la fel de bine cum comunicau odată. Vacanțele nu vor mai fi la fel. Serbările de la școală vor implica aranjamente stânjenitoare pentru ca părinții

să nu se întâlnească sau întâlniri stânjenitoare dacă totuși dau ochii unul cu altul. Eventual, copilul va trebui să învețe să-i accepte pe noii parteneri ai părinților lui, poate chiar pe părinții vitregi.

Poate copilul tău a suferit de o boală gravă sau a fost rănit. Cunoscut un copil de 3 ani căruia a trebuit să-i fie amputat piciorul în urma unui accident de mașină. Pare că s-a împăcat în mod remarcabil și curajos cu situația, dar va fi întotdeauna un copil cu un singur picior. Ceea ce va afecta activitățile în care se va putea implica – pe unele, practic, nu le va putea aborda, în altele va încerca mereu să-i depășească pe ceilalți din dorința de a se afirma. Indiferent de efecte, fie că acestea vor fi pozitive sau negative, viața lui va fi diferită de cea a unui copil care se folosește de ambele picioare.

Ca părinte, tu vei fi fără îndoială conștient (deseori dureros de conștient) de schimbările pe termen lung pe care criza le-a adus pentru copilul tău. Dar nu toată lumea va fi conștientă de aceste schimbări. Uneori va trebui ca tu să le indicii și uneori va trebui să-i oferi copilului tău mai mult sprijin și să-i arăți că știi. Crizele importante îți vor afecta copilul pe viață, dar te asigur că unele schimbări vor fi pozitive, chiar dacă inițial pare greu de crezut. Copilul poate deveni mai independent sau mai empatic, sau mai puternic, și asta poate fi în final spre binele lui.

UNELE CRIZE TREC
ȘI TE LASĂ ACOLO UNDE ERAI
CÂND AU ÎNCEPUT,
DAR MAJORITATEA TE LASĂ
ÎNTR-UN LOC DIFERIT.

Spune-le ce se întâmplă

Copiii pot fi foarte naivi. Știu, nu e deloc surprinzător. În special copiii mici s-ar putea să nu înțeleagă sau să nu știe ce înseamnă divorț sau faliment, sau moarte. Și totuși, ei sunt inexplicabil de abili în a percepe emoții rătăcite care plutesc în jurul lor. Ei știu când se întâmplă ceva, chiar dacă nu știu exact despre ce e vorba.

Fie că cineva este foarte bolnav, fie că te certă cu partenerul (chiar și numai în șoaptă sau doar când copiii nu sunt de față) sau că ești teribil de îngrijorat din cauza banilor sau a serviciului, copiii vor ști. Sigur că nu vor ști toate detaliile – dacă tu nu le spui –, dar vor prinde esențialul.

De aceea e mai bine să le spui tu. Altfel își vor construi propriile lor explicații, care, deseori, vor fi mai grave decât realitatea. Adolescenții pot interpreta certurile dintre părinții lor și o atmosferă încărcată ca pe un divorț iminent – când, de fapt, părinții se ceartă din cauza banilor și nici nu le dă prin cap să divorțeze. Copiii ar putea prinde din zbor faptul că cineva este grav bolnav și se pot gândi că e vorba despre tine, când în realitate este vorba despre unul dintre bunici. Ceea ce, sigur, este grav, dar din punctul lor de vedere este mult mai bine decât să fii tu foarte bolnav.

Dacă nu le spui copiilor când se întâmplă ceva grav, nu faci decât să înrăutățești lucrurile. Nu te poți ascunde de ei, așa că mai

bine nici nu încerca. Bineînțeles, nu trebuie să le dai chiar toate amănuntele dacă nu e cazul, dar cel puțin pune-i în temă.

Folosește-ți judecata pentru a decide când și cât să le spui, iar aici vârsta are o mare importanță. Nu-i vei spune copilului de 2 ani tot ce-i spui celui de 15. Ca regulă generală, spune-le minimumul necesar și apoi răspunde-le la întrebări. Cu cât sunt mai mari, cu atât vor pune mai multe întrebări. Dacă situația este cu adevărat dureroasă pentru ei, nu le da mai multe informații decât îți cer – probabil că nu întreabă pentru că nu vor să afle mai mult. Vor întreba când vor fi pregătiți să audă răspunsul.

DACĂ NU LE SPUI COPIILOR
CÂND SE ÎNTÂMPLĂ CEVA
GRAV, NU FACI DECÂT
SĂ ÎNRĂUTĂȚEȘTI LUCRURILE.

Cât despre momentul în care să-i informezi, trebuie să le spui imediat ce au observat că se întâmplă ceva. Nu te păcăli gândindu-te că n-au observat nimic doar fiindcă tu nu vrei să abordezi subiectul – fii brutal de sincer cu tine însuși. Copiii mai mari o să-ți dea o grămadă de indicii, de la comentarii caustice („Eu sunt ultimul care află orice”) la întrebări directe („E totul în regulă?”). Și dacă vestea proastă e inevitabilă – de exemplu, cineva din familie are o boală incurabilă –, dă-le timp să se obișnuiască, în loc să le spui în ultimul moment.

Cei mai buni părinți pe care-i cunosc și-au făcut un principiu din a nu ascunde nimic față de copiii lor. Îi țin la curent și le dau informații simple, corecte despre ceea ce se întâmplă. Bineînțeles, este decizia ta și poți alege să încerci să le păstrezi viețile neafectate, dar riscul e prea mare. În cele din urmă, ei tot află și poate pentru ei va fi mai greu să facă față unui șoc acut, în loc să se obișnuiască în timp cu ideea. Copiii tăi fac parte din familie și orice afectează familia îi va afecta și pe ei. Așa că părerea mea e că au dreptul să știe.

Învăță-i să eșueze cu succes

Nimănui nu-i place să dea greș, dar pentru copii este uneori mai rău decât pentru adulți. E trist că există copii care se sinucid din cauza fricii de a pica la examene, în vreme ce noi, adulții, știm că un examen picat nu e chiar așa o tragedie. Inevitabil, copilul tău va pierde la un moment dat, mai devreme sau mai târziu. Poate că se descurcă excelent la școală, dar pică examenul de conducere auto sau nu reușește să intre în echipa de fotbal, sau nu este inclus în trupa rock pe care au format-o prietenii lui fiindcă n-are ureche muzicală (am trecut și prin asta).

Cum spuneam mai devreme, tu îți dai seama că nu e sfârșitul lumii. Dar motivul pentru care această Regulă este în secțiunea cu „crize” este acela că pentru copilul tău s-ar putea să se dovedească a fi o veritabilă criză. Și dacă tocmai a acumulat a treia corijență, s-ar putea să fie o situație de criză și pentru tine. Dar chiar dacă ești ușurat în secret că n-a fost selectat pentru echipa de rugby, tot trebuie să privești problema din punctul lui de vedere, dacă vrei să-l ajuți să depășească momentul.

Dacă-i spui copilului că nu e așa de important, că de fapt nu contează, că își poate lua corijențele în toamnă, că sunt o mulțime de alte lucruri pe care le poate face... de fapt îi spui că ceea ce simte el e greșit și că n-ar trebui să fie atât de supărat. Faptul că-i minimizezi sentimentele îl va face să se simtă rănit și izolat. Nu, n-o să-l

facă să gândească: „Sigur că da, ce fraier am fost... Bineînțeles că până la urmă nu contează.”

Așadar, ce-ar trebui să faci? Să-i spui că are dreptate să se simtă devastat și că, da, chiar e sfârșitul lumii? Nu tocmai, dar ceva de genul ăsta. Trebuie să-i permiți să se simtă exact așa cum se simte, spunându-i că îți dai seama ce distrus trebuie să fie și că nu ești surprins că se simte așa. Fii înțelegător și plin de compasiune. Știi tu – câteva îmbrățișări și câteva cani de ceai. Și un biscuițel cu ciocolată, dacă ai. Poate pregătești pentru cină felul lui de mâncare preferat, ca să vadă că te gândești la el. Odată ce i-ai permis să se simtă miserabil pentru o vreme, după aceea va fi gata să iasă din mlaștina disperării; iar când va ieși, tu vei fi acolo pentru a-i oferi o mână de ajutor și pentru a-i indica niște compensații – dar numai în ritmul în care vrea el să le audă.

Fie că puștiul tău de 6 ani a ratat premiul I la întrecerea sportivă sau că fiica ta de 17 ani n-a intrat la facultatea unde-și dorea, dacă ei percep asta ca pe o criză, atunci așa trebuie s-o vezi și tu.

FAPTUL CĂ-I MINIMALIZEZI
SENTIMENTELE ÎL VA FACE
SĂ SE SIMTĂ RĂNIT ȘI IZOLAT.

E mai bine să fii de acord decât să ai dreptate

Divorțul este probabil cea mai frecventă criză majoră pentru copii, cel puțin în lumea occidentală; această Regulă este scrisă special pentru părinții aflați în proces de divorț (sau echivalentul, dacă nu sunteți căsătoriți). E foarte ușor să vezi divorțul ca pe ceva ce se întâmplă între doi oameni care erau împreună și acum nu mai sunt. Sigur, știi că și copiii reprezintă un factor, dar ei par să fie în altă sferă, nu în cea din jurul evenimentului central.

E mult mai realist să privești divorțul ca pe ceva ce se întâmplă întregii familii, iar copiii sunt la fel de importanți ca oricine altcineva. Poate că nu ei sunt cei care iau deciziile, dar și ei sunt la fel de implicați. Mai mult, oricât de rău este divorțul, majoritatea părinților aleg această variantă pentru că este mai bună decât varianta în care ei ar rămâne împreună. Cu toate acestea, pentru copii s-ar putea să nu existe niciun avantaj al despărțirii părinților lor. S-ar putea să li se pară de departe cea mai proastă alegere dintre toate cele posibile.

Așa că este esențial să faci divorțul cât mai suportabil pentru copii, care sunt prinși fără apărare în focul încrucișat al deciziilor voastre. Și cel mai important lucru pe care-l poți face pentru ei e să

cazi de acord în cât mai multe privințe cu partenerul tău. Fie că discuțați cine ce ia, ce se întâmplă cu casa, cu custodia copiilor sau orice altceva, fă tot posibilul să ajungeți la o înțelegere. Da, chiar dacă știi că înțelegerea nu e corectă.

S-ar putea să ai tot dreptul să-l ușurezi pe „fostul” de bani, să lupți cu el pentru fiecare leu, să-i ceri să-ți lase ție casa, să-l obligi să mărească alocația lunară pentru copii..., dar de fapt nimic din toate astea nu contează atât de mult ca înțelegerea cu el și găsirea unui aranjament care să vă convină amândurora. Doar așa îi vei lăsa pe copii să se întoarcă la refacerea vieților lor.

Poate fi foarte greu, mai ales când simți – și de cele mai multe ori ai perfectă dreptate, știi – că ai fost tratat în mod îngrozitor de către fostul partener. Știu că răzbunarea și dreptatea pot fi foarte dulci, dar ești sigur că merită să le ai pe seama copiilor tăi? Sigur că nu merită. Acesta este unul dintre lucrurile care îi diferențiază pe *Părinți* de non-*Părinți*. Înainte de a face sau de a spune ceva nesăbuit, oprește-te și gândește-te dacă lucrul acela îi va ajuta pe copii. Și dacă nu poți să răspunzi cu sinceritate „da”, atunci nu-l face.

RĂZBUNAREA ȘI DREPTATEA
POT FI FOARTE DULCI,
DAR EȘTI SIGUR CĂ
MERITĂ SĂ LE AI
PE SEAMA COPIILOR TĂI?

Faptele tale vorbesc mai tare decât orice cuvinte

Iată o Regulă care nu se aplică numai în situații de criză, dar atunci devine extrem de importantă. Știi ce se spune – „copiii nu ascultă niciodată”? Ei bine, nu e adevărat, dar e adevărat că dau mai puțină atenție cuvintelor pe care le spui decât modului în care te porți. Copiii pot depista ipocrizia de la 100 de pași și nu o tolerează. Or să te judece pe baza *faptelor* tale.

Nu vorbesc doar despre cuvinte și fapte negative. Să-ți dau un exemplu. Să presupunem că ai atâta minte încât înțelegi că e bine să-ți lași emoțiile să răbufnească și să tragi din când în când câte un plâns zdravăn. Poți să le spui asta copiilor de o mie de ori, dar dacă ei te urmăresc trecând prin diferite traume și niciodată plângând, o să le fie mult mai greu să-ți urmeze cuvintele decât le-ar fi dacă faptele tale le-ar fi susținut. Dacă este într-adevăr OK să plângi (și este, bineînțeles), atunci *arată-le* acest lucru. Lasă-i să te vadă înlăcrimat și nestânjenit de faptul că plângi.

COPIII VOR URMĂRI REACȚIA TA
ÎN SITUAȚII DIFICILE ȘI
O VOR LUA DREPT MODEL.

Am niște prieteni care au avut de depășit o perioadă dificilă acum câțiva ani, când soțul și-a pierdut slujba. Ei le spuneau într-una copiilor (ambii adolescenți) că nu e nicio rușine să ai bani mai puțini decât alții și că nu trebuie să se simtă prost fiindcă nu-și pot permite unele dintre lucrurile pe care prietenii lor le au. Familia a fost invitată într-o zi la masă de niște prieteni foarte bogați, iar părinții au parcat mașina după colț, astfel încât gazdele să nu vadă cu ce hârb vechi și ruginit au venit. Îți garantez că adolescenții au depistat instantaneu ipocrizia. Știu sigur, pentru că ei mi-au povestit întâmplarea.

Este un exemplu al clasicului îndemn părintesc: „Fă cum spun eu, nu cum fac eu.” Nu există scuză pentru a-i spune asta vreodată copilului tău. Dacă poți face tu însuți lucrul respectiv, atunci fă-l. Iar dacă nu poți, de ce-i ceri copilului să-l facă?

Copiii vor urmări reacția ta în situații dificile și o vor lua drept model. Fie că ești gelos, furios, meschin, certăreț, necontrolat sau rușinat, ei vor crește crezând că acesta este un comportament acceptabil, indiferent dacă tu le-ai spus cu totul altceva. Pe de altă parte, dacă te porți cu demnitate, cu integritate, dacă dai dovadă de bunăvoință, considerație și curaj, asta îi va influența mai mult decât orice le-ai putea spune.

Asigură-te că ei știu că sunt prioritatea ta nr. 1

Tu știi că pe primul loc sunt copiii, sigur că da. Dar ei știu asta? În cea mai mare parte a timpului nu e greu să le oferi dragostea și atenția ta, dar atunci când mintea și emoțiile tale sunt în cu totul altă parte, e foarte dificil. Când te confrunți cu o imensă supărare, cu griji sau cu o mare durere, nu e ușor să-ți amintești să-i pui pe copii pe primul plan.

În momentele cele mai întunecate, atenția și răbdarea ta obișnuită sunt puse la grea încercare. Deodată e foarte greu să mai găsești timp pentru o poveste înainte de culcare sau pentru o îmbrățișare, ca să nu mai vorbim despre un tur de cumpărături sau despre un meci de fotbal. Tocmai când lucrurile stau mai prost, copiii primesc brusc din partea ta mai puțin decât de obicei. Poate primesc din partea ta mai multă grabă și mai multă nerăbdare, de vreme ce ești mai stresat și mai tensionat decât în mod normal, dar categoric primesc mai puțin din atenția și din timpul tău.

Știi că nu poți face mare lucru. Sunt lucruri în viață care îți răpesc tot timpul și care te lasă iritabil și deloc amuzant. Dacă mama ta e grav bolnavă sau casa îți e pusă sub sechestru, sau șeful e pe cale să te dea afară, sau unul dintre copii e în spital, sigur că nu poți fi tu cel vesel și amuzant dintotdeauna. Nimeni nu se așteaptă să fii.

Unele crize au viață scurtă, în timp ce altele durează săptămâni, luni sau chiar ani. Uneori, abia mai reușești să ai grijă de tine. Și totuși, cel mai bun lucru pe care-l poți face este să-i pui pe copii pe primul plan – îți oferă un centru al interesului din exteriorul tău, nu te lasă să te complaci în durere și reprezintă motivul pentru care să continui să lupți.

Cel mai bun mod în care să te asiguri că puștii tăi știu că sunt pe primul loc în viața ta este să te asiguri că, într-adevăr, sunt pe primul loc. Dacă ești prins în capcana autocompătimirii și te gândești numai la tine, asta se vede. Indiferent câte motive ai să fii nefericit, copiii vor ști instinctiv dacă te pui înaintea lor. Dacă vrei ca ei să știe că sunt nr. 1, asigură-te că așa și sunt; la un anumit nivel, ei vor înțelege. S-ar putea să se mai plângă din când în când că nu mai faci asta sau ailaltă așa cum obișnuiai, dar vor ști, în adâncul ființei lor, că sunt încă pe locul I.

**DACĂ EȘTI PRINS ÎN
CAPCANA AUTOCOMPĂTIMIRII
ȘI TE GÂNDEȘTI NUMAI LA TINE,
ASTA SE VEDE.**

Sigur că totul trebuie să fie adevărat. Nu ajută dacă te complaci în depresie și îți spui ocazional: „Bineînțeles că pe primul plan sunt copiii.” Nu-ți va fi de niciun folos. Dar dacă ei au prioritate în orice decizie și dacă te asiguri că au tot ce le trebuie de cele mai multe ori, chiar dacă e dificil pentru tine, vor câștiga încredere pentru că vor ști instinctiv cât de mult îi iubești.

Nu poți repara totul

Of, asta e o treabă grea. Noi, părinții, vrem din tot sufletul să facem totul perfect pentru copiii noștri. Dacă se rănesc, îi sărutăm mai dulce. Dacă dau de necaz, îi ajutăm să iasă basma curată. Dacă sunt triști, îi îmbrățișăm. Dacă cineva se poartă urât cu ei, intervenim.

Dar uneori copiii trebuie să facă față unor lucruri serioase pe care noi nu le mai putem aranja pentru ei. Și sentimentul că nu poți face nimic pentru a-i ajuta este groaznic. Sunt puține lucruri în viață mai rele decât să-ți vezi copilul suferind și să nu poți să-i alini durerea. Dar se poate întâmpla. Când cineva moare, nu-l poți aduce înapoi indiferent cât de mult l-a iubit copilul tău și cât de mult îi lipsește. Uneori, copilul e bolnav și tu nu-l poți ajuta. Sau celălalt părinte al lui pleacă și nu este lângă el atunci când ar trebui să fie.

Copiii trebuie să învețe o lecție importantă: unele lucruri pur și simplu se întâmplă și nimeni nu poate face nimic. E o lecție dură, dificil de învățat prin experiență când sunt atât de mici. Și ți se rupe inima când îi privești. Dar trebuie s-o învețe, mai devreme sau mai târziu, și tu n-ai niciun control asupra momentului când viața decide să le-o predea. Tot ce poți face este să-i încurajezi, dar nu poți opri durerea.

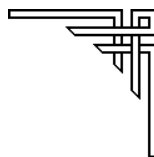
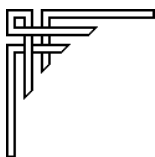
Așadar, Regula asta este despre a accepta că nu poți face nimic. Nu e întotdeauna vina ta și nimeni nu s-ar fi descurcat mai bine ca

tine. E pur și simplu un chin, punct. Nu te învinovăți, pentru că nu meriți. Lucrurile sunt și-așa destul de dificile pentru tine. Poate chiar treci și tu prin aceeași durere, în plus față de faptul că trebuie să-l privești pe copil suferind, și chiar nu e cazul să-ți mai arunci încă o povară în cârcă. Oferă-ți o îmbrățișare și un strop de compasiune.*

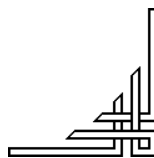
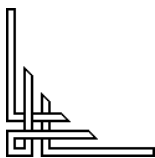
Și adu-ți aminte, copilul nu așteaptă de la tine miracole. Nu e prost, știe că nu poți face nimic. Tot ce poți face pentru el în clipa asta este să-i dai dragostea ta și o mulțime de îmbrățișări, așa că dă-i drumul. Probabil că vă veți simți amândoi un pic mai bine.

E PUR ȘI SIMPLU UN CHIN,
PUNCT.

* Și poate ciocolată.



REGULI PENTRU ADULȚI



Nu ajungi să ieși la pensie din meseria de părinte. E o slujbă pe viață și fără posibilitatea de pensionare. Chiar și când o să ai 100 de ani, copiii tăi vor fi tot copiii tăi. Și dacă ți-ai făcut treaba corect (sigur că ți-ai făcut-o), încă vor mai dori aprobarea și sprijinul tău.

N-o să mai vrea să fie tratați ca niște copii, totuși. Chiar dacă, pentru tine, încă mai sunt. Deci trebuie să găsești o cale de a avea o relație adultă cu ei, o relație care să-ți lase încă spațiu pentru a fi părintele lor. E un echilibru precar, dar cunosc destui părinți care au reușit în mod excepțional, deci știu sigur că se poate.

Așadar, iată cele mai bune Reguli pe care le-am adunat de-a lungul anilor pentru a te asigura că vei fi un părinte la fel de bun când copiii tăi vor avea 40 de ani precum ai fost când au avut 4 sau 14.

Retrage-te

Ai avut la dispoziție 18 ani pentru a-i aduce pe copiii tăi acolo unde ai dorit. Nu mă refer la o slujbă de avocat de top sau doctor, sau fotbalist, sau mai știu eu ce. Mă refer la faptul că ai avut 18 ani pentru a-i echipa cu tot ce ar putea avea nevoie pentru a avea o viață fericită.

Ei bine, timpul s-a scurs. Ai avut cei 18 ani. Acum *retrage-te*. Dacă n-au învățat până acum, e prea târziu. De aici încolo e treaba lor și nu mai poți interveni. Știu, dacă-i vezi făcând ceva ce nu-ți place, ți-e greu. Dar ar fi trebuit să te gândești la asta mai demult. Ți-ai irosit șansa, prietene.

Un singur lucru poți să-i mai înveți: să stea pe propriile lor picioare fără să se bazeze pe sprijinul tău. Și singurul mod în care-i poți învăța lucrul ăsta e să te retragi. Cei 18 ani ar fi irosiți dacă nu le-ai da șansa să practice tot ce i-ai învățat. Ce rost mai are să-i înveți să fie independenți, să gândească pentru ei înșiși, să ia decizii și toate celelalte, dacă nu-i lași să înceapă?

Și știi ceva? Dacă ești un *Părinte* pe jumătate atât de bun pe cât cred eu că ești, vor face o treabă a naibii de bună fără tine agităndu-te în jurul lor. Dacă intervii în continuare, practic spui: „Nu mi-am făcut treaba bine, încă mai ai nevoie de ajutor.”

Pe lângă asta, cu toții știm ce se întâmplă când intervin părinții. În cel mai bun caz sunt condescendenți, în cel mai rău – distructivi. Practic, dacă intervii devine imposibil să mai ai o relație bună, ca

între adulți, cu copiii tăi. De fiecare dată când intervii, le spui că nu sunt capabili să-și trăiască singuri viețile. Ceea ce nu face niciun bine încrederii lor, plus că mă îndoiesc că este adevărat. S-ar putea să nu se descurce în a trăi viața pe care o *dorești tu pentru ei*, dar dacă ești un *Părinte* decent, asta nu e valabil pentru tine.

Bineînțeles că nu ne oprim din învățat când împlinim 18 ani. Sunt sigur că puștii tăi mai au destule de învățat. (Poate și tu mai ai.) Sper, căci altfel vor avea vieți destul de plicticoase. Dar trebuie să învețe din altă parte acum. Nu știu de unde – acum ei decid (asta e ideea). Pot alege ce să învețe și cum, și de unde, și cu cine.

De acum încolo o să ai un rol de fundal în instruirea lor. Atât de departe în fundal încât nici n-o să te observe. Pentru că unica ta slujbă de-acum e să te retragi. Gata, sunt sigur că ai prins șpilul. Așa că eu o să mă retrag.

DACĂ N-AU ÎNVĂȚAT PÂNĂ
ACUM, ORICUM E PEA TÂRZIU.

Așteaptă până când îți cer sfatul

După ce ai citit Regula trecută*, poate te întrebi ce-ar trebui să faci dacă copilul îți cere sfatul. Nicio problemă, i-l poți da.

Păi a fost destul de simplu. Nu era cazul să fac o Regulă numai pentru asta, nu? Tocmai de aceea, așa cum observi, n-am lăsat restul paginii gol. Sunt două lucruri pe care trebuie să le știi despre sfaturile date copiilor tăi adulți (și, de fapt, oricui altcuiva, dacă stau bine și mă gândesc):

- Niciodată, dar niciodată nu le da sfaturi până nu ți le cer.
- Dă-le numai ceea ce au cerut.

Dacă îți cer sfatul, îți cer sfatul. Nu-ți cer instrucțiuni, recomandări, ordine, comentarii asupra stilului lor de viață, opinii, judecăți sau orice altceva. Îți cer doar sfatul, simplu și clar. Și chiar și atunci trebuie să fii precaut.

Hai să încercăm un mic exercițiu. Să presupunem că puștiul tău adult îți cere sfatul cu privire la o slujbă care i-a fost oferită. Iată câteva dintre multele lucruri pe care ai putea alege să le spui:

* Dacă citești cartea în ordine. Dacă nu, te rog fă-mi o favoare – fă un pas înapoi și citește Regula 91 înaintea acesteia.

-
- „Nu contează. Oricum o să lași totul baltă peste trei luni, așa cum faci cu orice altceva.”
 - „Ai fi un prost să n-o accepți.”
 - „N-o să înțeleg niciodată ce găsești interesant la curățatul covoarelor.”
 - „Măcar ăstora n-o să le pese dacă apari cu inelele alea respingătoare în nas și cu ținte în limbă.”

N-o să-ți insult inteligența spunându-ți că niciunul dintre aceste răspunsuri nu e OK.* Ideea e că tot ceea ce trebuie să faci este să le dai sfatul tău. Cel mai bun mod în care poți face acest lucru fără să depășești limitele este să le pui întrebări: „Ce te atrage la slujba asta?”, „Ce șanse de promovare ai?”, „Ce părere ai despre a face naveta pe o distanță atât de mare?” Genul ăsta de lucruri. Cu alte cuvinte, îi ajută să-și găsească propriile răspunsuri și să ia propriile decizii.

La atât se limitează sfatul, nu mai mult. Copiii nu sunt obligați să-l urmeze. Așa că atunci când în final s-au hotărât să facă exact pe dos de cum ai sugerat, e dreptul lor. Asta nu înseamnă că sfatul tău nu i-a ajutat să ia decizia finală, deci n-ai de ce să fii deranjat sau supărat. Fii bucuros că ai putut ajuta.

ÎI AJUȚI SĂ-ȘI GĂSEASCĂ
PROPRIILE RĂSPUNSURI
ȘI SĂ IA PROPRIILE DECIZII.

* Ei, na!

Tratează-i ca pe niște adulți

Dacă îți dorești o relație adultă cu copiii tăi adulți, trebuie să-i tratezi ca atare. Da, știu că sună clar, dar se poate dovedi destul de greu. Au trecut atâția ani în care le-ai dat instrucțiuni, sfaturi nesolicitate, opinii, lecții de disciplină și așa mai departe, încât acesta a devenit modul tău natural de a interacționa cu ei. Poate fi dificil să-ți amintești să-ți muști limba până când noul tip de comportament îți intră-n obicei.

Sigur, cu cât ai început mai devreme să slăbești hăturile, încă de când au devenit adolescenți, cu atât îți va fi acum mai ușor. Dar chiar și așa trebuie să treci printr-o perioadă de tranziție. Nimeni nu se așteaptă să reușești încă din prima zi. Important este să știi unde vrei să ajungi și să nu te oprești până când nu ajungi acolo. Autoinstruiește-te să nu le mai spui ce să facă, să nu le mai arăți că le dezaprobi gustul în materie de îmbrăcăminte, prietene sau orice altceva.

Dacă reușești să *încetezi* să mai faci anumite lucruri, de la a le spune cum să se poarte până la a le reaminti ce scumpi erau când aveau 6 ani (zău că nu vor să audă din nou povestea aceea absolut jenantă), ai parcurs deja jumătate din drum.

Cealaltă jumătate este despre lucruri pe care trebuie să *începi* să le faci. Vorbește cu ei despre lucrurile despre care vorbești cu pri-

etenii tăi. Trebuie să ignori diferența dintre generații dacă vrei să comunici cu copiii tăi ca și cu niște adulți; ori asta înseamnă să le apreciezi opiniile exact ca pe ale oricui altcuiva, indiferent că e vorba despre schimbarea climei sau despre Cupa Cupelor, sau despre următoarele alegeri, sau despre plantarea prazului.

Cere-le copiilor tăi sfatul. Te asigur că știi mai multe decât tine despre o grămadă de lucruri. Reparat mașini, modă, fotografie, matlasat, machete de șine de cale ferată, ornitologie, ceramică – nu știi după ce te dai tu în vânt. Și tehnologie, bineînțeles, dar bănuiesc că despre asta le-ai cerut sfatul încă de acum câțiva ani buni.

După un timp îți va deveni o a doua natură, dar pentru început trebuie să faci lucrurile conștient, altfel n-o să se întâmple nimic. Și nici n-ai idee ce mândri o să se simtă copiii tăi când o să le ceri opinia și o să-i tratezi ca pe niște adulți – doar dacă părinții tăi au procedat la fel cu tine, căci atunci știi deja cât e de important.

PENTRU ÎNCEPUT TREBUIE
SĂ FACI LUCRURILE
CONȘTIENT, ALTFEL
N-O SĂ SE ÎNTÂMPLE NIMIC.

Nu încerca să le fii cel mai bun prieten

Uite, asta este o greșeală pe care o fac părinți altfel excelenți. Este atât de tentant! La urma urmelor, îți iubești copiii mai mult decât pe oricine altcineva (poate cu excepția partenerului tău, care îți este deja prieten), așa că e de înțeles să vrei să le fii cel mai bun prieten.

O singură problemă: copilul tău nu vrea să-i fii cel mai bun prieten. Poate că nu realizează, dar chiar nu vrea lucrul ăsta. Am o cunoștință care-mi spune cu mândrie că e cea mai bună prietenă a fiicelor ei. Și chiar este. Nu vorbește aiurea. Le tratează pe fete ca pe prietenele ei și ele o tratează în același fel. Ea crede că e minunat, dar mie-mi pare rău pentru fiice.

Vezi, ele au deja prietene bune. Multe – nu mai au nevoie de altele. Și se au una pe alta. De fapt, ele au nevoie de o mamă. Dar există o singură candidată pentru acest post, și ea e prea ocupată să le fie cea mai bună prietenă.

Și totuși, care e diferența? Ei bine, tu împarți orice cu prietenul tău cel mai bun, de pe picior de egalitate. Toate grijile, temerile, gândurile cele mai intime. Și el face același lucru cu tine. În vreme ce un părinte este o persoană la care te uiți în sus – nu pentru că îți e superior, ci pentru că e mai matur și e demn de încredere. Cineva care te poate proteja și care poate avea grijă de tine, chiar dacă speră să nu

fie niciodată nevoie să-i ceri ajutorul. La un nivel obișnuit, puteți îndrăgi aceleași lucruri și puteți petrece cu plăcere timpul împreună, dar nu i-ai spune chiar totul și n-ai vrea să auzi totul de la el.

Dacă, de exemplu, ești teribil de îngrijorat pentru că nu știi ce au copiii tăi de gând? O să le spui lucrul acesta? I l-ai spune celui mai bun prieten. Să presupunem că ești părinte singur sau ai divorțat și întâlnești pe altcineva. Sau poate ai o aventură. O să le spui copiilor toate detaliile, așa cum i-ai spune celui mai bun prieten? Sau dacă copilul tău se bagă într-o treabă necurată – droguri, să zicem, sau o aventură cu o persoană căsătorită – o să-i dai aceleași sfaturi pe care le-ai da celui mai bun prieten? O să te confesezi copiilor tăi, pe măsură ce cresc, mărturisindu-le ce singur ești sau ce probleme ai cu banii?

COPIII TĂI
TREBUIE SĂ SE SEPARĂ DE TINE
ATUNCI CÂND CRESC.
AȘA E FIRESC.

Nu poți fi cel mai bun prieten al copiilor tăi în acest gen de circumstanțe decât fie mințindu-i, fie șantajându-i emoțional. Dacă spui că te simți singur, orice copil iubitor va simți că trebuie să petreacă mai mult timp cu tine, iar tu te vei simți vinovat văzându-l cum se străduiește. Asta nu e o povară pe care vrei s-o pui pe umerii copilului tău, nici chiar dacă el ar accepta-o bucuros. Iar dacă tu îl minți sau îl șantajezi emoțional, cum o să mai poată veni la tine atunci când va avea nevoie de un umăr pe care să plângă sau de

câteva cuvinte înțelepte sau de cineva pe care să se poată baza? Îți vei fi pierdut toată credibilitatea ca părinte, atunci când va avea nevoie de unul.

Nu spun că nu poți avea o legătură apropiată cu copiii tăi adulți. Chiar sper că veți fi extrem de apropiați, că veți împărtăși interese comune și un sănătos simț al umorului și că veți petrece o mulțime de timp împreună. Sper că vă veți iubi unul pe celălalt chiar mai mult decât amândoi vă iubiți prietenii. Dar nu va fi același tip de relație.

Copiii tăi trebuie să se separe de tine atunci când cresc. Așa e firesc. Nu e corect față de ei să încerci să-i ții legați de tine, chiar dacă faci asta prin intermediul prieteniei. Și mai știi ceva? O relație cu adevărat bună părinte/copil e un lucru minunat și face mai mult decât o duzină de prietenii. Așa că de ce s-o dai pe-o prietenie?

Încurajează-i orice-ar fi

Când fiica mea a terminat liceul, a dat la facultate. Universitatea pentru care a optat era în Manchester și-mi amintesc că am mers s-o vizităm împreună; eu speram să n-o alegă, însă ea a ales-o. Fiica mea crescuse la țară și, pur și simplu, nu mi-o puteam imagina într-un mare oraș, atât de departe de casă. Ei nu i-am spus nimic, m-am străduit doar s-o încurajez să facă exact cum crede ea că e mai bine. Și mă bucur că am procedat așa, fiindcă n-aveam deloc dreptate. S-a distrat de minune.

Ar fi stupid să presupui că vei considera ca fiind înțelepte toate alegerile tuturor copiilor tăi, de la slujbele pe care le aleg până la persoanele cu care rămân împreună sau la felul în care-și cresc copiii. Dar acum sunt adulți și au tot atâtea șanse să aibă dreptate câte ai și tu. Ba chiar mai multe, probabil, pentru că ei se cunosc mai bine decât îi cunoști tu. Iar exemplul pe care tocmai l-am descris ilustrează foarte bine unul dintre motivele pentru care ar trebui să-ți păstrezi părerile pentru tine și să-i încurajezi: altfel vei pica de fraier când se va dovedi că ai greșit.

Sigur că uneori vei avea dreptate. Dar dacă fac o alegere neinspirată, cu atât mai mult vor avea nevoie de încurajarea și de sprijinul tău. La urma urmelor, dacă urmezi Regulile 91 și 92 n-o să le spui că nu ești de acord cu decizia lor. Așa că poți foarte bine să-i sprijini. Ideea e că e vorba de viața lor și de alegerea lor, așa cum am

stabilit deja; singurele tale opțiuni sunt de a-i sprijini sau de a le submina decizia.

Iată alt motiv suficient pentru a-i sprijini: faptul că îi susții te scapă de oribila tentație de a spune „ți-am zis eu” dacă treaba merge prost – ceea ce, sper că știi, este printre cele mai rele lucruri pe care i le poți spune copilului tău și e de neiertat în absolut orice circumstanță.

TE SCAPĂ DE ORIBILA TENTAȚIE
DE A SPUNE „ȚI-AM ZIS EU”
CÂND TOTUL MERGE PROST.

Unii copii sunt teribil de necăjiți atunci când cred că nu le susții alegerile. Alții sunt rebeli și fac exact pe dos de cum vrei tu dacă simt chiar și cea mai mică presiune din partea ta. Chiar dacă nu cade în niciuna dintre aceste extreme, copilul tău are nevoie să știe că ești de partea lui, deși poate a plecat de mult de acasă. Iată de ce nu e suficient să fii neutru; trebuie să-l încurajezi în mod activ.

Și dacă crezi cu adevărat că face o greșeală? E foarte bine. E în regulă să greșești din când în când. Și tu nu-l încurajezi pe copil să facă un lucru greșit. Tu-l încurajezi să facă ce crede el că e mai bine, indiferent că e corect sau greșit.

Renunță la condițiile suplimentare

Una dintre prietenele mele are o familie înstărită care a ajutat-o să-și cumpere casa dându-i un împrumut cu o dobândă foarte mică. De curând, ea s-a decis că vrea să-și vândă casa și să trăiască în străinătate, deci să-și cumpere o casă undeva în Elveția. Familia ei i-a spus că îi vor retragă împrumutul dacă-și vinde casa, fiindcă ei nu sunt de acord cu decizia ei. Dacă însă se va muta undeva unde să fie și ei de acord, îi vor lăsa în continuare împrumutul.

Te rog nu le face asta copiilor tăi. Denotă aroganță, dorință de a controla și cu cât mă gândesc mai mult la asta, cu atât mă enervez mai tare. Ori ai încredere în copiii tăi în privința banilor, ori nu ai. Dacă nu ai, retrage-te și lasă-i să-și vadă singuri de viețile lor. Dacă ai, dă-le banii și lasă-i să facă ce vor cu ei. Dar în niciun caz nu încerca să le controlezi viețile dându-le daruri cu condiții suplimentare atașate, fie că e vorba despre bani sau despre orice altceva.

DENOTĂ AROGANȚĂ, DORINȚĂ
DE A CONTROLA
ȘI CU CÂT MĂ GÂNDESC
MAI MULT LA ASTA, CU ATÂT
MĂ ENERVEZ MAI TARE.

Din păcate, cunosc părinți care folosesc tot felul de mijloace de constrângere pentru a controla viețile copiilor lor, iar banii sunt cel mai comun (celălalt mijloc important de constrângere vine la Regula 97 – pun pariu că abia aștepți*). Le plătesc nepoților taxele școlare, dar numai dacă se duc la școlile pe care ei le aleg. Sau îi ajută cu o casă sau cu o mașină, dar numai dacă sunt ei de acord cu alegerea.

Alții merg doar până la jumătatea drumului. Le dau copiilor banii, dar pe urmă le spun: „Nu ți i-aș fi dat dacă aș fi știut că o să-i risipești pe vacanțe de lux”, sau orice altceva. Pur și simplu nu le poți face asta copiilor tăi. Procedând astfel îi ții legați de tine și le comunică că nu-și pot trăi propriile vieți. Păi, dacă într-adevăr nu pot, e vina ta. Ce-ai păzit 18 ani?

Îmi pare rău, m-am cam ambalat un pic, tu oricum ești un *Părinte*, așa că nici prin gând nu-ți trece să faci așa ceva. Dar dă-mi voie să-ți dau două exemple ale unor prieteni de-ai mei care au avut ceva bănuți pentru a crea fonduri de investiții pentru nepoții lor, demonstrând modurile opuse în care se poate proceda. Versiunea „cu condiții” arată așa: bunicii creează fondul și tot ei figurează ca beneficiari. Când copiii împlinesc 18 ani, bunicii controlează ceea ce fac nepoții cu banii – o mașină, un an de pauză, plata taxelor universitare, o casă. Părinții sunt lăsați complet pe dinafară, iar în unele cazuri nu sunt deloc de acord cu alegerile bunicilor, dar n-au nicio putere.

Ceilalți prieteni au creat și ei un fond pentru nepoți, dar nu înainte de a-i întreba pe copiii lor ce tip de fond ar vrea să fie. Apoi le-au respectat dorințele și i-au pus ca beneficiari pe copii – nu pe ei înșiși – astfel încât după ce au creat fondul, ei, bunicii, nu mai au niciun drept și nicio putere de control asupra lui. Și ei nu impun nicio restricție referitoare la cum și când copiii lor dau acces nepoților la fond. Asta e varianta „fără condiții” – și asta numesc eu a fi un *Părinte* de nota zece.

* Nu trage cu ochiul acum!

Nu-i face să se simtă vinovați

Acesta este celălalt mijloc important de constrângere pe care unii părinți îl folosesc pentru a-și controla copiii adulți: vina. Unii exagerează de-a binelea, alții încearcă să fie subtili, dar copiii noștri sunt creaturi sensibile și chiar și cea mai subtilă încercare de învinovățire este percepută ca atare.

Cel mai comun subiect al acestor încercări de a-i face pe copii să se simtă vinovați este cantitatea de atenție pe care „copilul” o acordă părintelui. Comentarii de genul: „Soră-ta mă sună săptămânal” sau: „Știu că ești foarte ocupat în weekenduri. Aș vrea să pot spune și eu același lucru” sunt menite să-l facă pe copil să se simtă prost pentru că nu acordă mai mult timp părinților lui. Chiar și: „Of, o să fie așa pustiu aici când o să pleci la casa ta...”

Uite, hai să ne-nțelegem. Copiii nu-ți datorează nimic. *Nimic*. Nu-mi pasă cât sânge, transpirație și lacrimi ai vărsat în primii 18 ani ai vieții lor. Nu au cerut ei să se nască, iar tu, odată ce ai ales să ai copii, ai devenit responsabil pentru tot acest efort. Tu le datorezi lor o mulțime, dar ei nu-ți datorează absolut nimic. Așa că nu e niciodată în regulă să le dai copiilor impresia că îți datorează ceva – timp, atenție, bani sau orice altceva.

Sigur, dacă ești un bun *Părinte*, copiii vor vrea să facă o grămadă de lucruri pentru tine. Și faptul că nu ți le datorează va face ca

aceste lucruri să fie și mai prețioase, atunci când ei vor alege să ți le dăruiască. Copiii buni vor avea grijă de tine la bătrânețe pentru că ți-ai câștigat acest drept și pentru că ei te iubesc. Unii copii au grijă de părinții lor pentru că se simt vinovați față de ei, dar nu sunt fericiți și le poartă resentimente părinților, ori tu nu asta vrei. Tu vrei timp și atenție pe care copiii să ți le acorde de plăcere, pentru că le meriți. Și n-o să le capeți niciodată făcându-i să se simtă vinovați.

Sunt sigur că ai prieteni care zic: „Trebuie să mă duc să-l văd pe tata în weekendul ăsta. Nu l-am văzut de-o lună” sau: „Sunt ocupat în seara asta. Mama mă sună în fiecare miercuri și întotdeauna durează cel puțin două ore până reușesc să închei convorbirea.” Poate ai spus chiar tu lucruri de genul ăsta. Dar nu vrei ca copiii tăi să vorbească despre tine așa. Tu vrei ca ei să spună: „Nu pot – abia aștept să-i văd pe-ai mei în weekendul ăsta” sau: „N-am mai vorbit ca lumea cu mama de vreo două săptămâni și chiar îmi lipsește o șuetă cu ea.” Așa că lasă deoparte vina, pentru că indiferent cât de multe vor face copiii pentru tine din vină, dacă nu se vor simți vinovați vor face de două ori mai mult. În plus, tu vei fi sigur că faci totul cu plăcere.

De fapt, cel mai frumos dar pe care-l poți face copiilor tăi este independența. Nu a lor, a ta. Dacă tu ești independent din punct de vedere emoțional, social și financiar, îi eliberezi de orice sentiment de vină. Astfel, tot ce vor face pentru tine vor face din dragoste.

COPIII NU-ȚI DATOREAZĂ NIMIC.
NIMIC.

Amintește-ți că încă mai au nevoie de tine

Pe măsură ce copiii tăi cresc și lasă în urmă copilăria, vor avea nevoie de tine din ce în ce mai puțin (pentru că ai făcut o treabă excelentă crescându-i). Dar totuși, din când în când vor mai avea nevoie de tine. S-ar putea să fie vorba despre bani, mai ales în primii câțiva ani. Sau s-ar putea să aibă nevoie de sfatul tău. Sau să aibă nevoie să ai grijă de copiii lor, sau de câinele lor atunci când pleacă în vacanță, sau de ajutor în grădină. Poate au nevoie de experiența ta atunci când își vând casa sau scriu un CV, sau cumpără o mașină.

Apoi mai sunt toate acele lucruri mai puțin tangibile. Copiii încă mai doresc aprobarea ta. Vor să le vezi noua casă sau noua rulotă, sau bebelușul nou-născut. Și deși s-ar putea să vrea ca și prietenii lor să vadă toate astea, nu e același lucru. Când erau mici îți arătau întotdeauna desenele lor sau castelele de nisip, sau noile haine. Acum este exact același lucru, dar la o scară mai mare. Au nevoie să le spui că se descurcă bine (deși, bineînțeles, că n-ai voie să spui că asta fac, de fapt – și nici ei nu vor admite acest lucru).

Și, desigur, din când în când vor avea nevoie de tine și pentru lucrurile cu adevărat importante. Prezență de urgență când intră în travaliu mai devreme, sprijin în timpul unui divorț, ajutor când

copiii se îmbolnăvesc grav, adăpost când casa le e inundată. Ocazii din acelea când au nevoie ca cineva să lase totul baltă pentru ei și să amâne întrebările pentru mai târziu. Dacă ești un *Părinte*, vor ști că, atunci când ceva rău se întâmplă, tu vei fi acolo pentru ei fără să te plângi sau să faci mare caz (sau să le scoți ochii ulterior).

Așa cum spunea Robert Frost, „Acasă este locul unde, când trebuie să te duci, trebuie să te primească”. Asta trebuie să fii tu pentru copiii tăi (cu ceva mai mult entuziasm). Părinții buni sunt mândri să fie prima opțiune în caz de nevoie pentru copiii lor și sunt fericiți să poată fi de ajutor în caz de criză, fără să se plângă că propriile lor vieți sunt date peste cap.

Pe măsură ce copiii tăi cresc, te vor suna din ce în ce mai rar. Poate că n-o să-ți ceară nimic semnificativ cu anii, poate chiar cu zecile de ani. Dar nu te lăsa păcălit de gândul că nu mai au nevoie de tine, pentru că de fapt au. Vor avea întotdeauna nevoie de tine. Doar ai grijă să nu afle niciodată că știi lucrul ăsta.

ACASĂ ESTE LOCUL UNDE,
CÂND TREBUIE SĂ TE DUCI,
TREBUIE SĂ TE PRIMEASCĂ.

Nu este vina ta

Unii oameni trec prin viață fluierând, iar alții se luptă din greu. Uneori există un motiv evident pentru care aceștia din urmă se luptă, alteleori aparent nu există niciun motiv. Dar deseori la mijloc este aluatul din care sunt plămădiți.

Cunosc oameni, așa cum fără îndoială cunoști și tu, care provin din medii teribile. Abuz, neglijare, tragedie, tot ce vrei. Mulți dintre ei au fost, inevitabil, afectați de toate grozăviile prin care au trecut, dar mulți alții au trecut prin toate și au devenit mai puternici. Cunosc un bărbat care nu are mâini — i-au fost amputate înainte de a împlini 20 de ani din cauza unei boli — și care este cel mai vesel și mai echilibrat tip pe care l-ai putea întâlni. Știu oameni care au avut copilării groaznice și care au devenit adulți raționali și fericiți. Cunosc familii dezmembrate în care unii copii au crescut serios afectați, iar alții au reușit să rămână aproape neatinși. Și, dimpotrivă, cunosc oameni din familii minunate care beau, se droghează sau suferă de boli mintale.

Sigur, trebuie să recunosc că știu mai mulți adulți cu probleme proveniți din familii dezmembrate decât din familii stabile, dar totuși cunosc destui care au crescut în cămine frumoase, cu părinți excelenți. Pentru că părinții sunt numai o posibilă cauză a problemelor unui adult. Sunt o mulțime de alte motive pentru care copilul tău ar putea avea probleme (atât motive interioare, cât și exterioare), asupra cărora n-ai niciun control.

Dacă știi că ți-ai făcut treaba așa cum trebuie, ca un veritabil

Părinte (amintește-ți și că oricum nu se așteaptă nimeni să fii perfect), nu e vina ta dacă lucrurile merg prost mai târziu. Nu dispera dacă copilul tău e depresiv sau dacă nu poate susține o relație pe termen lung, sau devine alcoolic, sau încă nu are o slujbă la 35 de ani. Nu e vina ta. Da, ești responsabil pentru că a stat o noapte afară în ploaie când era mic, dar dacă doarme pe străzi la 30 de ani tu nu mai ai niciun amestec.

S-ar putea să vină momentul în care să simți că nu ai altă opțiune decât să-i închizi ușa în nas copilului tău. Expresia trendy e „*tough love*”? Și cu siguranță există clipe în care nu mai ai de ales. Este crucial ca copilul tău să știe, într-un astfel de caz, că abia aștepți să-i deschizi din nou ușa, imediat ce se va putea. Dacă puștiul a luat-o razna rău de tot, s-ar putea să fii singura persoană din lume dornică să-i mai deschidă ușa. Probabil că toți prietenii l-au părăsit deja. Dar tu încă mai ești acolo, încă îl mai aștepți, încă îi mai dai de înțeles că cineva îl va iubi întotdeauna și va fi întotdeauna de partea lui.

Vina este o emoție egoistă, îngăduitoare cu sine; cel mai bun mod în care poți să te ajuți pe tine și să-ți ajuți copilul este să nu te văicărești că totul este din vina ta, ci să accepți că nu ai nicio vină și să te concentrezi asupra felului în care îl poți sprijini acum. Uită trecutul și concentrează-te asupra prezentului. Da, chiar și la două dimineăta când nu poți dormi de grija lui, nu te lăsa dus de val. Știu că e greu, dar nu te duce nicăieri. Și, de fapt, probabil că nu te simți vinovat pentru că într-adevăr este vina ta, ci din cauza fricii că *ar putea fi*.

** Dragoste dură (engl.) Metodă de a ajuta pe cineva să-și schimbe comportamentul pe termen lung, tratându-l într-un mod foarte sever; presupune afecțiune, grijă față de persoana căreia i se aplică tratamentul.*

Ei bine, dacă ești un părinte numai pe jumătate decent, nu e vina ta. Așa cum spune expertul și autorul de lucrări pentru părinți Steve Biddulph: „Treaba ta e pur și simplu să ai grijă de ei până când pot căpăta ajutor.”

VINA ESTE O EMOȚIE EGOISTĂ,
ÎNGĂDUITOARE CU SINE.

Odată părinte, pentru totdeauna părinte

Ei bine, am ajuns la final. O sută de Reguli. Și ultima Regulă îți spune că de fapt n-o să ajungi niciodată la final. Ca *Părinte*, ai construit o relație incredibilă cu o persoană extraordinară. O relație care nu seamănă cu niciun alt tip de relație și care vă va aduce amândurora bucurie și confort pentru tot restul vieților voastre. Aceasta este recompensa, după toți acei ani de muncă grea, scutece urât mirositoare, certuri, dezordine, scandal adolescentin, nopți nedormite și toate celelalte. Dar îți promit că o să merite cu prisosință efortul.

Vei descoperi deodată că ai copii maturi care vor să-și petreacă timpul cu tine, care se simt bine în compania ta, care vor să-ți audă opinia. Încă îți mai caută, în secret, aprobarea, așa cum am văzut, deși nu vor sfaturi nesolicitate. Dar asta e în regulă, căci tu vei fi oricum căzut în admirație față de felul în care își trăiesc viețile. Cei mai buni părinți de copii adulți pe care-i cunosc petrec destul de mult timp vorbind despre calitățile pe care le admiră la copiii lor și despre cât de bine ar fi fost dacă ar fi avut la fel de multă încredere în sine sau dacă ar fi fost la fel de organizați sau la fel de calmi sau dacă ar fi gândit la fel de limpede la vârsta lor. Și întotdeauna lucrurile astea sunt spuse fără cea mai mică urmă de invidie sau de gelozie. *Părinții* spun aceste lucruri numai cu mândrie în glas.

Ei bine, când ajungi în această etapă și te surprinzi gândindu-te ce oameni uluitori, incredibili, minunați sunt copiii tăi, nu uita să te bați prietenește pe umăr. N-ar fi ajuns astfel fără tine.

Unul dintre deliciile artei de a fi *Părinte* este acela că copilul tău te va iubi întotdeauna, iar tu vei ști întotdeauna acest lucru fără dubiu. Și când va veni vremea ca tu să trebuiască să te bazezi pe altcineva, ei bine, iată-i pe copiii tăi dornici să-ți întoarcă dragostea pe care le-ai dăruit-o de-a lungul anilor. Nu pentru că așa trebuie, nu pentru că ți-o datorează, nu pentru că le-o ceri, nu pentru că se gândesc că așa ar trebui să procedeze, ci pur și simplu pentru că așa doresc.

COPILUL TĂU
TE VA IUBI ÎNTOTDEAUNA,
IAR TU VEI ȘTI
ÎNTOTDEAUNA ACEST LUCRU.

CĂRȚI CARE TE FAC MAI PERFORMANT

 **Colecția „Ghidul managerului eficient”** – cum să extragi maximum de beneficii pentru cariera ta:

- | | |
|--|--|
| ☐ Cum să comunici | ☐ Cum să negociezi |
| ☐ Cum să îi „citești” pe ceilalți | ☐ Cum să te organizezi |
| ☐ Cum să selectezi personalul | ☐ Cum să planifici |
| ☐ Cum să delegi | ☐ Cum să rezolvi problemele |
| ☐ Cum să fii un bun manager | ☐ Cum să conduci ședințe |
| ☐ Cum să te impui | ☐ Cum să-ți organizezi timpul |
| ☐ Cum să motivezi | ☐ Cum să controlezi stresul |

 **Colecția „Gândire rapidă”** – soluții rapide și inteligente pentru situații critice cu care te poți confrunta pe neașteptate:

- | | |
|---|--|
| ☐ Situațiile de criză | ☐ Evaluarea |
| ☐ Luarea deciziilor | ☐ Autoevaluarea |
| ☐ Bugetul | ☐ Proiectele |
| ☐ Supraîncărcarea în muncă | ☐ Propunerea |
| ☐ Disciplina | |

 **Cărți practice pentru afaceri de succes** – modele de succes în afaceri, preluate din mediul occidental și autohton:

- | | |
|---|---|
| ☐ Descoperă managerul din tine | ☐ Cum să găsești rapid informații pe Internet |
| ☐ Cum să stăpânești reclama la perfecție | ☐ Cum de nu-ți înțelege contabilul? |
| ☐ Arta războiului de SUN TZU pentru oameni de afaceri și investitori | ☐ Cum să fii propriul tău consultant în management |
| ☐ Cum să iei notițe în mod inteligent | ☐ Cele 100 de reguli ale vieții |
| ☐ Contabilitatea și finanțele pe înțelesul tuturor | ☐ Cele 100 de reguli ale reușitei în afaceri |
| ☐ Dicționar internațional de MARKETING | ☐ Cele 10 reguli ale carierei de succes |
| ☐ Cartea întreprinzătorului: LISTE DE CONTROL | ☐ Modele de contracte în engleză + CD |
| ☐ Esențialul în marketing | ☐ Cum să concepi un plan de afaceri |
| ☐ 333 de idei, reguli și tehnici pentru cucerirea pieței | ☐ Cum să concepi un plan de marketing |
| ☐ Manual de e-marketing | ☐ Cum să motivezi oamenii |
| ☐ Managerul de produs | ☐ Stenograme de ședințe |
| ☐ Alege profesia care ți-aduce succesul | ☐ Managementul proiectelor de succes |
| ☐ Securitatea firmei | ☐ Manualul secretarei de firmă |
| | ☐ Cum să-ți (re)găsești o slujbă |
| | ☐ Franciza sau Cum să faci avere prin metode testate de alții – ed. a II-a |

- ☐ 576 scrisori de afaceri pentru anul 2008 – CD
- ☐ Cum să stăpânești managementul la perfecție
- ☐ Managementul afacerilor de succes
- ☐ Managementul afacerilor de succes – CD
- ☐ Cum să faci prezentări eficiente
- ☐ Totul despre concurența neloială
- ☐ Management financiar pentru mini-afaceri
- ☐ Cum să scrii rapoarte și propuneri
- ☐ Ghidul prezentărilor de succes

 **Colecția „Instruire pas cu pas: VÂNZĂRILE“** – ca să ai SUCCES COMERCIAL, însușește-ți secrete, tehnici și trucuri neașteptate de la cei mai buni consultanți în domeniu:

- ☐ Metode și trucuri despre... cum să-ți gestionezi clienții:
- ☐ Metode și trucuri despre... cum să faci clienții să semneze
- ☐ Metode și trucuri despre... cum să impuneți prețul dorit
- ☐ Metode și trucuri despre... cum să cucerești noi clienți

 **Colecția „Special pentru tine“** – tehnici practice pentru a te simți mai bine – valabile pentru oricine, oricând. Cu o viață personală armonioasă ne putem clădi o carieră de succes, fără efort și fără pierderi importante (timp, bani și energie):

- ☐ Cum să-ți îmbunătățești rapid viața sexuală
- ☐ Simplifică-ți viața!
- ☐ Copii născuți sub o stea norocoasă
- ☐ Hop!
- ☐ Hibouk & Company
- ☐ Cum să trăiești mai simplu și mai fericit cu copiii tăi
- ☐ Tehnici de supraviețuire pentru antitalente tehnice
- ☐ Cele 100 de reguli ale bogăției

Colecția „Diverse“

- ☐ Libertate și Credință
- ☐ Cardiopatia ischemică

 **Colecția „Soluții MARI pentru taxe mici“** – textele complete ale celor două acte normative, așa cum au fost ele publicate în Monitorul Oficial:

- ☐ Codul fiscal și Codul de procedură fiscală
- ☐ Impozitarea veniturilor din închirieri

 **Colecția „Consilier“.** Această colecție asigură, într-un limbaj accesibil, informații și sfaturi practice, care fac din lucrările respective veritabile instrumente de lucru. Ele acoperă o vastă plajă de domenii. Toate lucrările sunt actualizate periodic cu informații valoroase, sfaturi, trucuri, noutăți ale domeniului, formulare și modele.

- ☐ Consilier – Taxe și Impozite pentru Contabili + serviciul de actualizare pe 6 luni
- ☐ Consilier – Raporturile de muncă și rezolvarea conflictelor cu angajații + serviciul de actualizare pe 6 luni
- ☐ Consilier – Contabilitate + serviciul de actualizare pe 6 luni
- ☐ Consilier – Management financiar + serviciul de actualizare pe 6 luni
- ☐ Consilier – Manualul directorului de SRL + serviciul de actualizare pe 6 luni
- ☐ Consilier – Legislație și Proceduri

Vamale + serviciul de actualizare pe 6 luni

- ☐ **Consilier Contracte comerciale și acte de comerț, armonizate cu legislația europeană + serviciul de actualizare pe 12 luni**
- ☐ **Agenda Fiscală a Contabilului**

☐ **Consilier – Managementul resurselor umane + serviciul de actualizare pe 6 luni**

- ☐ **Consilier – Excel pentru afaceri + serviciul de actualizare pe 6 luni**
- ☐ **Consilier – Asigurări sociale + serviciul de actualizare pe 6 luni**

 **„Colecția «Afaceri la Cheie»** – afaceri verificate profitabile vă conduc pas cu pas pe drumul către succes. Afacerea care vi se potrivește este aici și este ușor de pus în practică pentru că aveți acum toate instrumentele necesare demarării ei: informații valoroase furnizate de cei mai buni specialiști. Fiecare lucrare din colecție este însoțită de un set de instrumente utile, denumit generic „Primele 100 de zile ale unui întreprinzător de succes“.

Informații detaliate pe: www.afacerilacheie.ro

- | | |
|--|--|
| ☐ Ghid practic – cultivarea legumelor în sistem ecologic | ☐ Creșterea prepelițelor japoneze + CD |
| ☐ Ghid practic – cultivarea plantelor medicinale în sistem ecologic | ☐ Crescătorie de găini (...) + CD |
| ☐ Pensiune turistică și agroturistică + CD | ☐ Stand mobil de sucuri naturale |
| ☐ Ghid practic pentru executarea și montarea tâmplăriei din PVC + CD | ☐ Creșterea chinchillelor pentru blană |
| ☐ Cultivarea ciupercilor Champignon + CD | ☐ Creșterea viermilor de mătase |
| ☐ Cultivarea ciupercilor Pleurotus + CD | ☐ Fermă pentru creșterea melcilor |
| ☐ Creșterea rațelor și a găștelor | ☐ Atelier pentru mic mobilier |
| | ☐ Ghid practic pentru confecționarea lumânărilor |
| | ☐ Fermă pentru creșterea struților |
| | ☐ Cultivarea arbuștilor fructiferi |

 Colecția „Afaceri la cheie – Proiecte“:

- | | |
|--|--|
| ☐ Executați 99 de piese de mobilier | ☐ Proiecte și utilaje pentru dotarea fabricuței de săpun |
| ☐ Set de proiecte pentru crescătoria de prepelițe | ☐ Set de proiecte – seră modulară pentru bonsai și plante decorative |
| ☐ Proiecte pentru construcția și utilizarea crescătoriilor ecologice de păsări | |

 În pregătire:

- | | |
|--|---|
| ☐ Management și inspirație | ☐ Cum să începi o afacere de succes |
|--|---|

Pentru a intra în posesia lucrărilor dorite, completează talonul alăturat și trimite-l prin **fax** la nr. **(021) 205.57.30**.
Ne poți contacta și **telefon** la nr. **(021) 209.45.45**,
prin e-mail la adresa: **comenzi@rs.ro**, pe site la **www.rs.ro** sau prin poștă la adresa:
Ghișeu extern 3 – O.P. 39, sector 3, București.



FORMULAR DE COMANDĂ

☐ **Da**, doresc să achiziționez lucrarea/lucrările:

... ex. _____

(denumirea lucrării/lucrărilor sau nr. de ordine corespunzător)

... ex. _____

(denumirea lucrării/lucrărilor sau nr. de ordine corespunzător)

... ex. _____

(denumirea lucrării/lucrărilor sau nr. de ordine corespunzător)

CORRESPONDENȚĂ
RĂSPUNS

C R

SE TAXEAZĂ
LA DESTINAȚIE

RENTROP i STRATON
Grup de Editură și
Consultanță
în Afaceri

**Ghișeul extern 3 – O.P. 39,
sector 3, București**

© RENTROP & STRATON
Bdul Națiunile Unite nr. 4,
bl. 107A, Sector 5,
București
RCJ40/8371/1995
CUI R 7782311

Vă rog să îmi expediați comanda mea în sistem ramburs (voi plăti la ridicarea coletului de la poștă) la adresa de mai jos:

Numele _____ Prenumele _____ Vârsta _____

Funcția _____ Firma _____ ☐ de stat ☐ privată

Dom. Activ. _____ CUI _____ Cifra de afaceri _____ Nr. angajați _____

Banca _____ Nr. cont. _____

Localitate _____ Str. _____ Nr. _____

Bl. ____ Sc. ____ Et. ____ Ap. ____ Cod _____ Sector / Județ _____

Telefon _____ Fax _____

E-mail _____

Pentru facturare, plătitorul este: ☐ firmă / ☐ persoană fizică

Semnătura și ștampila _____

Cod sursă: 463508

Data comenzii _____

DIV1PHOS2608



RENTROP & STRATON **Grup de Consultanță în Afaceri**

Bdul Națiunile Unite nr. 4, Bl 107 A, sector 5, București

■ Tel.: (021) 209.45.45 ■ Fax: (021) 205.57.30

■ E-mail: comenzi@rs.ro ■ Internet: www.rs.ro

RENTROP & STRATON oferă **produse și servicii (de consultanță)** care se adresează mediului de afaceri, în toată diversitatea lui: de la întreprinzătorul particular începător și până la managerul general al unei firme.

Domenii acoperite de publicațiile RENTROP & STRATON

- management (general, financiar) ● fiscalitate ● juridic
- economic ● comercial ● calculatoare/IT ● resurse umane
- financiar ● organizare personală

PRODUSE:

- **Consiliere** (cu serviciile aferente de consultanță în afaceri)
 - **Cărți** ● **Afaceri la cheie** ● **CD-uri**
 - **Revista „Idei de AFACERI“** ● **Newslettere**

Servicii: consultanță de afaceri oferită de specialiști în domeniu pentru consilierele juridice, financiare, comerciale. Aceste servicii sunt gratuite, făcând parte din abonamentul pe care clientul RENTROP & STRATON îl dobândește la achiziționarea unui Consilier.